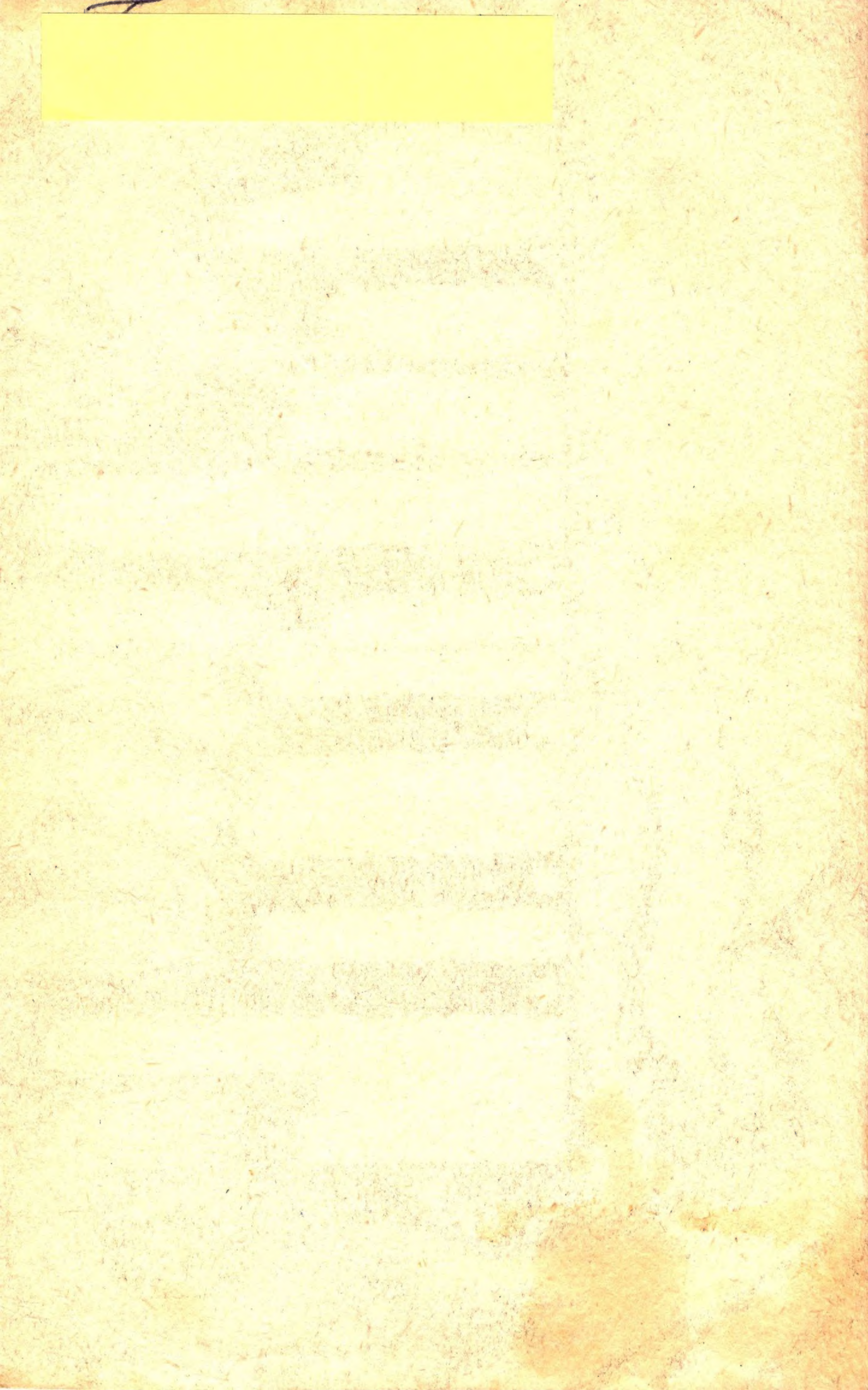

ИРИНА
ВАСИЛЬЕВА
САМ
СЕБЕ
ЦЕЛИТЕЛЬ
СОВЕТЫ
ЗНАХАРЕЙ
СНАДОБЬЯ
И РЕЦЕПТЫ
ЗАГОВОРЫ
НЕТРАДИЦИОННЫЕ
МЕТОДЫ
ЛЕЧЕНИЯ



ИРИНА ВАСИЛЬЕВА

САМ СЕБЕ ЦЕЛИТЕЛЬ

НОВОСИБИРСК
1992

ББК 53.59
В 19

КНИГА ЗАКОДИРОВАНА НОРМОЙ
И ЯВЛЯЕТСЯ ЦЕЛЕБНОЙ

Часть средств от реализации тиража этой книги пойдет на благотворительные цели.

Васильева И. А.

В19 Сам себе целитель.— Авторская книга известного экстрасенса.— Новосибирск: АОЗТ «Трина» (частное издательство), 1992.— 64 с.

В книге приведены оригинальные методики лечения диабета, желчекаменной болезни, болезни почек, печени, сердца и т. д.

Даны заговоры и рецепты народных целителей, проверенные автором на практике.

В $\frac{4105010000 — 01}{ЛР\ 060374 — 92}$ Авт. — 92 ББК 53.59

ВМЕСТО ПРЕДИСЛОВИЯ

— Человек не существует обособленно. Он — в мире. Моя задача, моя работа — восстановление нормальных отношений человека с миром.— Ирина Александровна говорит уверенно, убежденно.

Она знает о мире многое.

Больше, чем я, чем большинство людей. Но при этом с миром она на «Вы»:

— Я — только проводник космической энергии, информации, никакой «своей силы» у меня нет.— И смотрит мягким, теплым взглядом, будто извиняется за сказанное.

— Я знахарь,— рассказывает она о себе,— училась заговорам у целителей.— До тех пор, пока не узнала Ирину близко и не приняла безоговорочно, все удивлялась: рисуется? С ее-то тремя «верхними» образованиями и кандидатской диссертацией по электродинамике в знахари записываться? Да и не похожа. Красива, весела, смеется охотно и заразительно, детишки к ней тянутся, буквально висят на шее, не отходят. Но...

Большой зал города Омска до отказа набит народом. Ветераны войны, пожилые люди, молодые, дети. Большинство — с тяжелыми заболеваниями: камни в печени, желчном пузыре, почках, сахарный диабет, разнообразные болезни сердца. Люди приходят с надеждой на исцеление. Они ждут чуда. И чудо происходит.

Даже на первом же занятии.

— У кого сохнет во рту?

Очень у многих. Ирина Александровна производит несколько пассов, и люди удивленно отмечают: сухость прошла.

— У кого боли в сердце?

Еще несколько пассов.

— А теперь?

— Не болит.

— Тахикардия?

— Теперь — нет.

Это мгновенное «исцеление» поистине чудесно. Но не это — главное. Чудо — лишь визитная карточка экстрасенса. Можно сказать, прелюдия к знакомству. Далее речь пойдет о серьезной совместной работе. И потом, на последнем занятии, на вопрос Ирины Александровны: кто это сделал? — они уверенно отвечают: — Мы!

Пожилая женщина, медицинский работник, трясет перед моими глазами баночкой с высохшими камешками:

— Вот видите, сколько из меня вытряхнулось. И буквально — за три сеанса. Я все процедуры, что Ирина Александровна «прописала», проводила. И результат поразительный. Полностью освободилась от камней. И совершенно безболезненно.

Пожилой человек, ветеран войны, рассказывает о своих успехах: самочувствие стало лучше, сердце не болит, сон наладился. Все делал, как Ирина Александровна говорила,— улыбается лукаво:

— Вы вот нас учили, что надо людям чаще говорить ласковые слова. Я и сказал моей старухе: «Голубушка моя, налей-ка чайку»,— так она чуть в обморок не упала,— смеется весело, раскрепощенно. И люди в зале улыбаются. Каждый вспоминает какой-то случай удачи, победы... над собой.

Они уходят с сеанса полные надежд на выздоровление, счастливые. И снова возвращаются, приводя родных и знакомых, принося фотографии близких, детей, внуков. Мне показалось, что лица людей в зале к концу сеанса начинают светиться радостью и надеждой. Так действует на них общение с этим удивительным человеком, Ириной Александровной Васильевой, народным целителем. Она называет себя знахарем.

Наталия Воробьева

С любовью и доброжелательностью
к тебе, читатель

Суть моей деятельности — помощь природы человечеству в ситуации опасности. От этого представительства я работаю.

«Так природа захотела. Почему — не наше дело. Для чего — не нам судить...»

«Если бы писать о том подробно, то, думаю, и самому миру не вместить бы написанных книг»,— так сказано в Евангелии.

Как только человек пришел к самосознанию, он отделил себя от природы, возвысился над нею. Не от этого ли все наши беды?

Мне хочется кратко рассказать о том, как я представляю себе мир и человека в нем, о моделях, которые помогают мне действовать, рассказать языком, который мне привычен, как сложилось в моей голове, в моей душе.

Желание — понять и рассказать — старо, как мир. Древние греки применяли в качестве главного инструмента познания свой мозг, ставя мысленные эксперименты. Сегодняшние исследователи имеют мощные вычислительные центры, антенны, синхрофазотроны, лазеры и рентгеновские пушки. Стало яснее? Нет! Престиж науки подорван. Повсеместно люди обращаются к вере.

Мне нравятся греки. Мой инструментарий — душа и руки. И — некий канал, по которому ко мне идет информация природы. Если чутко слушать, можно принимать очень малые сигналы.

МИР

Мир когда-то возник. Мы не будем говорить, когда и как,— оставим эту проблему философии и религии. Посмотрим, каков он сейчас.

Природа бесконечна в своих материальных воплощени-

ях. Природа — великое целое. В ней есть божественный творящий Разум или Душа. Можно сказать — ментальный, мысленный мир, пространство моделей. Можно сказать: Бог. Мне по душе — божественный разум.

У Разума есть воля и память. Разум порождает планы, идеи, модели или мыслеформы в виде образов. Образы реальны, но не материальны. Образ содержит информацию — идею, план и энергию для ее материального воплощения. Образы уже созданных материальных структур хранятся в памяти Разума. Емкость ее безгранична. Доступ к отдельному образу, при самых приближенных запросах, заявках, обеспечен. Никакой путаницы, идеальный порядок: любое запланированное действие вначале происходит в пространстве моделей, а потом уже — в материальном мире, время не властно над Разумом, в его памяти хранится все и пребывает вечно...

Разум отслеживает материальную реализацию планов и дальнейшее развитие материальных структур, разум получает динамические модели материальных объектов и корректирует их с помощью энергоинформационных потоков образов, пронизывающих материальный мир. Эти потоки несут информацию нормы. Разум задает норму всему сущему. В моем представлении норма — это модели объекта и ограничения его поведения на всех уровнях структурных образований в определенной среде.

Материальные структуры имеют вихревую природу как на микро-, так и на макроуровне. Вспомните детский волчок — маленький вихрь, как долго он крутится от небольшой подкачки! И атом есть вихрь, и планетарная система солнца, и галактика... По-видимому, именно благодаря свойствам вихря материальные формы способны устойчиво взаимодействовать с окружающей средой, втягивая вещество со стороны полюсов и преобразуя его в энергию излучения, движения или управления. И плазменный шар-звезда, и шаровая молния есть вихрь, и наша вращающаяся земля...

Вихревые структуры могут захватывать энергоинформационные потоки Разума и делать их кольцевыми. Так возникают собственные информационные поля или разумы галактики, планетарных систем, атома. Назначение такого поля — сохранность нормы данной формы при самых различных изменениях среды, автономность ее. Это — собственный центр управления, хранящий норму и обрабатывающий оперативную информацию о состоянии системы.

Нарушения нормы могут возникать из-за того, что управляющие разумы малых, вложенных, систем создают поля, экранизирующие их от большого разума. Таким образом, утрачивается информация о целом.

Наиболее устойчивы живые, самоорганизующиеся системы. Свойства живой системы по сравнению с неживой это — регулируемые обменные процессы, адаптивность, способность к размножению и специальные каналы приема, передачи и циркуляции энергоинформационных потоков. Так разум живой системы связуется с разумом «верхней» системы и всеми подсистемами. Именно сохранность этих связей гарантирует надежную работу живой системы как единого целого при колебаниях среды.

Великий русский ученый В. И. Вернадский ввел понятие ноосферы земли как явления планетарного и космического, как биосферы, связанной с живым веществом человечества. Ноосфера разумна и контролируется мировым Разумом. Разум ноосферы объединяет и охватывает своим влиянием множество живых земных систем, имеющих свои разумы. Это — океан и тайга, рой пчел и сообщество людей. Можно говорить о множестве влияющих друг на друга и подчиненных один другому разумов.

Каждый малый разум может связываться с земным или с солнечным, с галактическим или с мировым Разумом. Разум реагирует на запрос — каждая частица великого целого может просить о помощи.

МИКРОФЛОРА

Она — часть ноосферы и старше человека. Мы живем вместе по принципу симбиоза — взаимной пользы. Она помогает обмену — при дыхании и пищеварении. Нужно заботиться о нормальном сосуществовании с нею.

На зиму она забирается внутрь организма греться. При этом может быть пассивной, неопасной... При нарушении равновесия — проявляет активность. Может стать агрессивной и очень опасной.

Ее равновесие нарушается, когда солнце неспокойно.

Ее равновесие нарушается вблизи разломов земной коры.

Ее равновесие нарушается при ослаблении организма.

Ее равновесие нарушается при стрессе.

Когда организм умирает, микрофлора возвращает те-

ло природе. Относитесь с уважением к своему ближайшему соседу!

Я стараюсь привести в состояние гармоничного равновесия симбиоз организма и его микрофлоры.

ЧЕЛОВЕК

На земле появился человек — живая система, способная к моделированию. Изучение данных по НЛО дает основание предположить, что в природе, даже в нашей галактике, существует множество цивилизаций. И, может быть, жизнь перенесена к нам в тех формах, которые сложились на подходящей планете, переброшена, оттранслирована. Однако условия земли породили особую цивилизацию, очень «шумящую» и экологически несовершенную.

Почему мы не чувствуем Разум? Ответ: созданная нами технология производит много шума и требует от каждого огромного напряжения. Из-за этого мы ослепли и оглохли, оттого болеем и стареем.

Если в XIX столетии главными причинами смерти были инфекции, то в конце XX века в промышленно развитых странах 75 из каждых 100 человек умирает от одной из четырех главных болезней: атеросклероза, рака, гипертонии и диабета тучных. Именно перенапряжением нейроэндокринной системы управления человека, включающей всем известные железы: половые, надпочечники, поджелудочную, щитовидную и менее известные: гипофиз, эпифиз, гипоталамус, тимус, объясняет профессор Владимир Михайлович Дильман болезни цивилизации.

Механизм старения и механизм возникновения «главных» болезней — один и тот же, он тесно связан с механизмами развития и адаптации. Неблагоприятные влияния внешней среды лишь ускоряют этот процесс.

МЕРИДИАНЫ

Разум человека связан с разумом природы. На теле человека есть чудесная сеть меридианов или каналов, известная на Востоке более четырех тысяч лет. Меридианы «текут» по поверхности тела, как реки. Что в них? По мнению древних — Прана, или Санса, загадочная энергия. Мне кажется, что в них — поток жизни, он связывает человека с космосом, с разумом. Это — антенны. Антенной являются

и ухо, и радужка глаза. Не случайно на антенне болезни проявляются в виде «больных» биологически активных точек (БАТ). Человек «жалуется» природе. И та помогает.

ЧАКРЫ

У человека есть еще одна система, хранящая жизнь. Это чакры. Чакра объединяет органы не по функциональному, а по анатомо-региональному признаку. Главный фактор включения в группу — анатомическая близость.

Основная роль меридианов и чакр — сохранность организма и удержание в белково-нуклеидном теле той части разума ноосферы, что зовется душой человека, его ментальным двойником.

Полагаю, что не тело нам дано во временное пользование, а душа, и временна — привязка чудесной души к материальному телу.

Чакры и меридианы держат душу в теле.

Всего чакр семь, и расположены они вдоль позвоночника. Нижняя — **муладхара** — чакра земли — у копчика. Йоги говорят, что она хранит энергию кундалини. По моему опыту диагностики ушиб копчика при падении влияет на все органы чакры: прямую кишку, матку или простату, мочевой пузырь, крестцовое сплетение. Достаточно «стереть» травму — убрать матрицу, которую запомнил мозг, и норма восстанавливается сама. Вторая — **свадхистхана** — чакра воды — от лобка до пупа. Контролируемые органы: кишечник — большая часть тонкого и толстого, яичники у женщин, поясничное сплетение. Эта чакра страдает более всего от ударов, гинекологических и урологических операций. Третья — **манипура** — чакра солнца — от пупа до сосков груди. Она контролирует важнейшие органы: желудок, двенадцатиперстную кишку, печень, почки, часть легких, часть толстого кишечника (поперечную ободочную кишку), селезенку, поджелудочную железу и солнечное сплетение. Четвертая — **анахата** — чакра воздуха и любви — от сосков до шеи. Контролируемые органы: сердце, большая часть дыхательной системы — трахея, легкие, бронхи, часть желудка и пищевод, важнейшие артерии и вены, диафрагма, грудное сплетение. Пятая — **вишудха** — чакра космоса и общения — от яремной выемки до носа. Контролируемые органы: гортань, щитовидная железа, уши, лимфоузлы, рот, нос, перекрестье важнейших нервов и меридианов. Вишудха контролирует также продолгова-

тый, задний, средний и промежуточный мозг, отвечая за память, речь, общую координацию самых различных процессов и внешних контактов. Шестая — **аджна** — чакра космоса и порядка — область лба и висков. Контролирует глаза, основную часть коры головного мозга, речь, зрение, слух, воздухоносные пути. Седьмая — **сахасрара** — чакра разума — теменная часть головы.

Чакра участвует в формировании функциональных систем и в реализации функций, она поддерживает норму в контролируемых ею органах, располагает определенным запасом (депо) информации и энергии и способна связываться с внешними системами; при солидных поражениях одного из «своих» органов депо чакры может истощиться на работу по его корректировке, и нормальная работа остальных «подопечных» органов нарушится. Примером может служить перегруженная манипура: при ослаблении одного из органов (опущение почки) напрягается и воспаляется поджелудочная железа, ее увеличенная головка пережимает выход желчного протока, возникает застой желчи и образование желчных камней; вдобавок, надпочечник, смещенный относительно своего нормального положения, начинает выделять избыточное количество гормонов; кроме того, плохо продуцируется инсулин и создаются условия для возникновения диабета и т. д.

ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА

Мы настроены на мир. О воздействиях внешнего мира мы узнаем посредством зрения, вкуса, обоняния, осязания, слуха. Полученная информация передается в центральную нервную систему, а оттуда — в гипоталамус — место стыковки внешнего и внутреннего, главный диспетчер эндокринной системы, главный хранитель внутреннего мира организма, иначе говоря,— постоянства гомеостаза.

В мозгу человека складывается динамическая модель, образ внешнего мира, затем, на самом верхнем уровне, образ сжимается до предела: есть опасность? Необходимо действие? Сколько нужно тратить энергии — мало, средне, много или очень много? Если все спокойно, равновесие обеспечивается слаженной работой эндокринной системы управления с отрицательной обратной связью. Каждая железа по обратной связи воздействует на гипоталамус, стимулируя или тормозя активность гипоталамических клеток.

Каждая из желез существует не обособленно, а под контролем другой железы — контролера, и сама она — контролер для третьей, все они связаны.

Как происходит регуляция? Железа-контролер постоянно сверяет концентрацию контролируемого гормона с нормой, и как только гормона больше, контролер вырабатывает тормозящий гормон. При возврате к норме железа-контролер успокаивается.

Но... с одной стороны, человек должен быть сбалансирован внутренне, с другой — нужно обеспечить равновесие внешнего сообщества, в которое он включен. На опасность внешнего мира организм отвечает поиском приспособительного механизма. Эти два противоречивых условия обеспечиваются постоянством гомеостаза и целевыми его отклонениями.

Можно назвать три цели, ради которых у человека происходит отклонение гомеостаза: состояние стресса, рост в пубертатном (подростковом) возрасте и созревание плода во время беременности. Если мы сравним картину работы органов и обменные процессы, то обнаружим много общего между такими различными состояниями, как рост, беременность и стресс. Общим является и то, что после выполнения программы организм возвращается к норме, к нормальному регулированию. Должен вернуться.

СТРЕСС

Что происходит при стрессе? Мозг расценил ситуацию как опасную. Сигнал тревоги поступает в гипоталамус, тот мгновенно посылает сигналы в кору надпочечников — они выбрасывают в кровь адреналин, это — колокол громкого боя, от которого активизируется каждая клеточка. Второй сигнал поступает в гипофиз, который рассылает точные указания всем гормональным железам.

Человек в состоянии стресса. Он готов к борьбе. А борьба с незапамятных времен у животных и людей всегда сопровождалась мускульной работой с высоким расходом энергии, интенсивными окислительными процессами в мышцах, высоким содержанием гормонов надпочечников в крови.

Как только появился адреналин, активизируется дыхательный центр, ускоряется кровоток, углубляется дыхание, чтобы обеспечить бесперебойный вывод продуктов распада глюкозы из мышц и крови. Увеличивается давление, тор-

мозится деятельность поджелудочной железы и всего желудочно-кишечного тракта. Если борьба затягивается, наступает фаза адаптации — опасность налицо, а результат не достигается. Теперь на смену адреналину приходит защитный гормон коры надпочечников — кортизол, который подавляет углеводный обмен и включает белковый и жировой, гораздо более эффективные.

Главная цель — энергия, поэтому вначале используются самые доступные белки — лимфоциты, солдаты нашей защитной системы, затем тормозится усвоение клетками глюкозы, из жировых депо мобилизуется жир, количество сахара и жирных кислот в крови растет. В борьбе бывают ранения — кортизол увеличивает концентрацию холестерина и тромбоцитов в крови, это необходимо, чтобы быстро остановить кровотечение и зарубцевать рану. На протяжении многих поколений стресс сопровождается действием. Все меры, принятые организмом, полезны в условиях длительного стресса, сопровождаемого напряженной мышечной работой. Они прекращаются, когда достигнут положительный результат.

Представьте, что мы с вами сидим перед пещерой, разделывая тушу мамонта. И вдруг прямо на нас из зарослей выскакивает саблезубый тигр. Вы, как более храбрый, хватаете рогатину и боретесь с хищником. Я — уношу ноги. Вскоре мы снова встречаемся у пещеры. Оба запыхались. Тигр повержен. Мы оба устали. Вы — от битвы. Я — от стремительного бегства. Мы сожгли все запасы глюкозы, нужно их пополнить. Мышцы так мощно работали, что кровь не успела вымыть продукты обмена — молочную кислоту — из мышц, легкие не успели вывести избыток углекислого газа — кислотность крови выросла. А это дало сигнал организму включить восстановительные системы: очистку и подпитку всех органов, каждой клеточки. Прошло совсем немного времени, и от усталости не осталось и следа.

Гипоталамус чутко следит за изменениями ситуации и, когда опасность минует, отключает аварийный режим работы организма. Так чутко реагируют на мир здоровые дети и молодые животные.

БОЛЕЗНИ

С возрастом картина меняется. Почему?

Во-первых, из-за каких-нибудь внутренних причин, не связанных с внешней средой, например, из-за травмы че-

репа идет постоянный сигнал на гипоталамус, и вся нейроэндокринная система находится в состоянии возбуждения, постепенно истощаясь. Мне приносили маленьких детей с родовыми травмами — они плохо спали, были ослаблены, возбуждены, плохо ели. А бывает так, что из-за какой-то причины страдают почки — мне множество раз встречались опущения почек после родов или поднятия тяжестей, ушибов при драке или аварии, из-за нефрита и мочекаменной болезни. При этом всегда надпочечники — или оба сразу — были возбуждены, и это длилось годами. Особенно мне жаль молодых женщин — как часты разводы после рождения желанного ребенка! Вроде все хорошо, но... у бедняжки портится характер, она становится раздражительной, даже сварливой, постоянно нездорова и... неудержимо толстеет! А все просто — опустились при родах почки, желудок, печень, дальше — болезнь покатилась, как лавина.

Поднимаю опущенные органы, совсем немного совместной работы по исправлению «набежавших» недугов и — женщина здорова. За короткое время сброшены 10, 20 и даже 70 килограммов лишнего веса.

Иногда исходное возбуждение гипоталамуса дают пневмония, воспаление легких (я встречалась с подобным тысячи раз, особенно — в загазованных городах), иногда — язва желудка или кишечника, иногда — желчекаменная болезнь.

Представьте, что вы заходите в кабинет к начальнику, когда у него плохое настроение, он не стесняется в выражениях... Каждый из нас хоть раз испытал подобное. Вы в стрессе. Но, как говорил Беня Крик, приходится «держать фигу в кармане». И если нет мышечной работы, тогда — напряжение, глубокое дыхание, угнетение внутренних органов — все зря.

Стресс стал сплошь и рядом «цивилизованным» — гиподинамическим. Не успел человек восстановиться, а на подходе новый стресс. И снова — «ложная тревога». Напряжение всей эндокринной системы и главных гомеостатов без какого-либо положительного приспособительного результата. Тогда организм совершает единственно возможный шаг: он повышает порог чувствительности гипоталамуса и всей эндокринной системы к тормозящим сигналам, что обеспечивает длительную работу организма на повышенном энергетическом уровне, концентрация гормонов в крови возрастает.

Теперь, коль ситуацию изменить нельзя, потребуются

более мощные сигналы извне и с мест для того, чтобы в случае нужды вызвать ту же реакцию гипоталамуса. Если железы истощатся, возможны срывы. Это плохо. В том числе и тем, что под влиянием гормонов коры надпочечников, которые теперь постоянно в крови, происходит засорение системы меридианов: мы изолируемся от природы.

В память желез-контролеров записываются новые нормы — теперь считается нормальной более высокая концентрация гормонов в крови, более глубокое дыхание и более щелочная кровь. А ведь при этом гораздо медленнее идут восстановительные процессы, хуже работает защитная — иммунная — система, внутренний целитель.

То, что вчера было отклонением от гомеостаза, сегодня становится новой нормой. Нормой болезни.

Я продиагностировала более десяти тысяч людей. Среди них были взрослые и дети, очень больные и практически здоровые. Но ни разу ко мне на прием не пришел человек с тихой и спокойной эндокринной системой — у всех она была «на взводе».

ОТЧЕГО «ЛОМАЕТСЯ» ЧЕЛОВЕК

Я не ставлю задачей подробное изложение учебника по анатомии, физиологии или рефлексотерапии, хотя для меня такие книги интереснее детективов. Найдите их, читайте, буду рада! И очень буду рада, если вы заинтересуетесь самой темой: как мы устроены? отчего ломаемся? где бывают главные поломки, как можно их избежать? какие последствия этих поломок? как их чинить?

Главные поломки — это опущения, травмы, засорения, воспаления, расстройства связи там, где связь необходима, и нарушения изоляции органов и процессов. И — стресс без движения.

У человека есть слабые места, в первую очередь, это голова и копчик, в которых, при нашем родовспоможении и невнимании к детству, возникает очень много травм. На базе старых травм головы формируются воспалительные очаги типа отита, фронтита или гайморита, портятся зубы. Происходит подвозбуждение гипоталамуса, засорение меридианов и ослабление моторной зоны коры головного мозга. Но это еще не все. Мы уже говорили о том, что главная нагрузка при решении проблем очистки и подпитки организма ложится на область солнечного сплетения — чакру манипуру. Под влиянием, например, длитель-

ного гиподинамического стресса или опущения почки (воспалительного процесса в ней или мочекаменной болезни) поддерживается в возбужденном состоянии надпочечник. При этом происходит генерация гормонов коры надпочечника, что само по себе сопровождается большими энергозатратами и ослабляет чакру. Поджелудочная железа уменьшает выработку инсулина, но мышечным клеткам и его не удается использовать полностью из-за избытка в крови гормонов коры надпочечников, уменьшающих чувствительность клеток к инсулину. Маховик болезни раскручивается: ослабляется как скелетная мускулатура, так и мышцы, приводящие в движение клапаны, отделяющие органы друг от друга, процесс от процесса. Например, клапаны сердца; или клапан привратника, отделяющий процессы переработки пищи в кислой среде желудка и щелочной среде двенадцатиперстной кишки; или илеоцекальный клапан, разделяющий тонкий и толстый кишечник,— при его ослаблении нарушаются сложнейшие процессы переваривания и всасывания, происходящие в тонкой кишке, наблюдается колит, десятилетиями не заживающие эрозии и язвы, дисбактериоз. А при плохой переработке пищи в кишечнике человек ест гораздо больше, чем положено, и чувствует постоянную слабость.

Так постепенно разлаживается буквально все. Наличие в крови сахара создает условия для бесконтрольного роста опухолевых клеток, «умеющих» в собственной замкнутой системе его усваивать. Это же укрепляет болезнетворную микрофлору в легких, почках, зубах и т. п. Человек испытывает жажду, портятся суставы из-за снижения выработки смазки...

Далее. Возникают запоры из-за накапливающихся шлаков — кишечных камней — в толстом кишечнике. Это отравляет организм, затрудняет ежедневную очистку. Камни давят на близко расположенные органы (мочевой пузырь, яичники у женщин, простата у мужчин), вызывая воспаления. Может травмироваться двенадцатиперстная кишка и поджелудочная железа, наконец, если кишечных камней очень много, они оттягивают брюшину, вызывая опущения.

Но стоит только привести в порядок почки, провести очистку, как с удивительной скоростью исправляются все поломки.

Чудесная чуткая связь с миром существует в детстве. Затем мы утрачиваем возможность получать здоровье от природы. Причина в том, что нейроэндокринная система перенапряжена, и это портит, засоряет антенны и чакры,

мешает и приему, и передаче. Я понимаю лечение человека как процесс очистки антенн. Восстановление связи с природой путем «утишения» системы управления, устранение «поломок» в организме и закрепление нормы,— это вы можете сделать сами. Результаты — фантастические.

Как жить долго и счастливо — этим вопросом интересовались художники и целители всех времен и народов. Основой практики древних медиков являлась философия Востока, в которой человек считался не господином, а элементом мироздания, и вернуть утраченное здоровье означало восстановить поврежденную гармонию. Работа лекаря была тонкой регулировкой тела и души.

Меня часто спрашивают: какие болезни вы лечите? А одна провинциальная журналистка важно заявила, что беда экстрасенсов в неспособности выделить «свои» болезни и лечить их. Берутся, дескать, не за свое дело — вот и проваливаются с треском.

— Никакие не лечу,— отвечаю,— я помогаю привести в норму основные системы организма. А болезни сами проходят!

ЦЕЛИТЕЛИ

«Бога просим о помощи, от него наша сила,— сказала мне целительница Зоя Максимовна Кочетова,— для доброго дела помощь всегда будет». Я у нее училась и учусь. Ее дед тоже был знахарем. Во время крымской войны он воевал и, когда в безводных степях крымского перешейка русскую армию косила холера, многих спас. Знаете, чем? Заваривал белый тысячелистник — и поил этим чаем людей без меры. А когда эпидемия холеры вспыхнула в лагере на Колыме, он снова лечил больных тысячелистником. Кочетов просидел в лагере десять лет за врачевание без медицинского диплома. Вернулся в 1954 году, прожил три года и умер в возрасте 125 лет. Успел научить внучку.

Впервые мы с Зоей Максимовной встретились в 1980 году, и потом я много раз приезжала к ней в казахский город Иссык. «Я тебе всю свою силу передала,— сказала она мне,— теперь ты лечи». И она же меня предостерегла: «Не надо тратить годы на то, чтобы добиться признания медицины. Я через это прошла. Главное — результат. Будешь хорошо работать — придут люди. Я знаю 300 трав и сборы из них. Все травы — хорошие. Ядовитых, как аконит, я не беру — мне добрых средств хватает. Не

пользуйся злыми заговорами и травами. Добро имеет великую силу».

При мне она «разводила» опухоль на груди юной женщины (грудь вначале была горячей и твердой), четыре сеанса по пять минут — ни малейшего следа. Ни боли, ни жара...

Лицо строгое, в глазах — живой огонь, а губы шепчут, шепчут... И вот таких людей травили, сажали, загоняли в подполье... Пройдет много лет, пока возродятся на нашей земле храмы. Может быть, сегодня нас спасет именно магия? Ведь в сверхцивилизованной Японии буддистские храмы соседствуют с синтоистскими, в которых — поклонение самой Природе! И печальный опыт «одной отдельно взятой страны» показал миру, как легко насаждается безверие и как дорого обходится...

Главный принцип целителя — не повредить, поэтому я работаю в режиме очень малых сигналов, реализуя, как оператор, идеи русских космистов — Чижевского и Вернадского.

Как проводник, я пропускаю через себя биоэнергоинформационные потоки, в которых информационная компонента велика, а энергетическая очень мала. Существует закономерность: информация и энергия существуют в состоянии противоборства и ограничивают друг друга. При конечных возможностях приема и передачи у человека — чем выше настройка, точность запроса и адреса, чем точнее модель потребного действия, тем меньше нужно энергии для достижения цели. И тем меньше плата за ошибку. Меня нет — есть канал, связующий Природу и поврежденную биосистему.

Мне повезло, я слушала на конференции в Тбилиси в 1972 году Петра Кузьмича Анохина, великого физиолога. Свет его идей — о функциональных системах организма, о способности живого отражать действительность с опережением — освещает мне путь. Я продолжаю традиции старых знахарей. Изучаю трактаты Авиценны, книги по чжень-цзю-терапии, использую травы, заговоры, лечебную гимнастику, различные виды массажа, магниты, физиопроцедуры, психорегуляцию, все сразу. Сопоставляю данные своего исследования, жалобы больного, рекомендации врачей, советы знахарей и ученых.

Человек един. Модель его организма и план его исцеления тоже должны быть едиными. В процессе врачевания нужно учитывать изменения здоровья, корректировать

план. Знахарь должен владеть цельным представлением о человеке, управлять процессом выздоровления. Его главным помощником в этом процессе становится сам больной.

Чем я занимаюсь каждый день? Изучаю, как живет живое, как устроен человек, травинка, собака, весь мир. Очень стараюсь помочь, не навредить.

— Я не поврежу вам,— сказала я.

— Только взглянув на вас, я уже понял, что вы никому не повредите,— ответил академик Александр Леонидович Яншин.

Очень большое доверие и очень большая ответственность. Как же изучать, не повреждая?

Мне помогает биолокатор, палочка, как я его называю. Теперь уже многие знают, видели эти нехитрые приборы. Палочку согнул мой учитель, Виктор Николаевич Воробьев. У меня в руках она работает совсем не так, как у него. Но я к ней отношусь как к проводнику, соединяющему меня с космосом.

ИСЦЕЛЕНИЕ МАМЫ

Чему мы учим? Терпимости и любви ко всему сущему, уважению к жизни, к самой природе... чуткости. В детстве мне нравилось играть с погодой. Мама говорила: «Сделай хорошую погоду, чтобы белье высохло...» И я просила небо разогнать тучи, радовалась, если получалось, и благодарила. Интерес к чуду был всегда. В ленинградской аспирантуре я познакомилась с болгарами, корейцами, индийцами, там же занялась йогой и аутотренингом, снимала головную боль у товарищей. А когда прилетела домой, мама меня не встретила — она уже полтора месяца лежала с распухшими коленями, не сообщала, не хотела меня волновать...

Все тогда перепробовали. Без толку, с каждым днем становилось все хуже. Советовали поехать на родоновые ванны, в Пятигорск, но семья всегда жила бедно — где взять путевку? И вот на семинаре крупный ученый рассказал мне, как его вылечила целительница Анна Лауде изпод Риги,— руками, не прикасаясь.

Я помчалась домой — я тоже могу! Мама очень хорошо чувствовала тепло моих рук, представляла явственно майскую траву в росе, ручей, небо... При этом она делала упражнение из йоги — пасиматасану. Попробуйте сделать «складной ножик»: сидя на коврике, ухватившись за щи-

колотки, не сгибая колен, притянуть лицо к коленям. Ого, да ведь это и здоровому больно! Да, отвечала я, но эта боль не страшная, она помогает сконцентрировать силы на нужном месте.

Через две недели мама свободно приседала, и с той поры колени не болят. И руки мои включились, я почувствовала себя целителем. Это было в 1974 году.

Вскоре мой учитель предложил мне заняться моделированием Мира и поручил сделать обзор литературных источников по экстрасенсорике. Я стала рыться в книгах, не очень-то веря написанному. И тут случилось несчастье. У моего учителя наступила клиническая смерть. Похолодели руки и ноги, пульс не прослушивался...

Была ночь, у постели больного сидели его друзья. Один из них сказал мне: «Ира, вы говорили о какой-то там энергии — разве вы не видите, что сейчас самое время ее применить?!» Я схватила безжизненную руку, и что-то во мне произошло. Не знаю, что я делала, но белое лицо порозовело, шеф открыл глаза и сказал: «Этого было слишком много. Вынесите меня на лестничную площадку к пожарному крану, там хорошее заземление...» Он подержался за трубу и вскоре уснул.

Когда, наконец, приехала «скорая», он спокойно спал, пульс был в норме. А потом он больше месяца чувствовал себя, по его словам, накачанной шиной... Выздоровел.

Это меня до такой степени вдохновило, что я стала буквально приставать к людям, у которых чувствовала боль. На меня косились, крутили пальцем у виска. Иногда прямо говорили: «Я в это не верю, не старайтесь, все равно не поможет». Но чаще позволяли мне поводить руками, после недоверчиво пробовали повернуть голову, поднять руку, ступить на ногу, разогнуть спину — и... благодарили.

Но прошли годы, прежде чем я стала заниматься этим профессионально. Эти годы не были потеряны — я изучала физиологию, проводила отпуска у знахарей, собирала травы и заговоры, кончила еще один вуз — по специальности «оздоровительная работа и лечебный массаж», выработала свой метод оздоровления.

Года через полтора у мамы появились боли в животе, исхудала. Диагностировать я тогда не смела, врачи, доступные и недоступные, обследовали сердце, печень, поджелудочную — ничего. А боли — ежедневно. Прошло почти два года мук, пока мне на консилиуме сказали: «Язва желудка. Ниша с неровными краями 2×3 см. Нужно срочно оперировать, но — никакой гарантии. Дайте расписку о

том, что нам вы не будете предъявлять никаких претензий».

Мы отказались от операции. Снова мои руки висели над мамой, и я чувствовала, что это — мой страдающий ребенок. А она в это время делала другое упражнение, которому я вас научу. Мы работали дважды в день, но с утра до вечера я мысленно носила ее с собой и лечила, как могла, ее рану. Через три недели на месте страшной язвы уже осталась точечка размером 1 кв. мм. Маме предложили лечь в больницу и залечить остаток, но она только рукой махнула. Я помню, как я тогда молилась — еще некрещенная: «...Господи, спаси мою маму!..»

Был октябрьский день, пасмурный, я шла с запрокинутым лицом и просила, просила небо о помощи... и вдруг на душе стало спокойно, стал падать очень тихий и мягкий снег. Это был ответ. Мама выздоровела. Потом было еще несколько обострений — из-за перегрузки, расставания со мной. Каждый раз вытягивали вместе, она — на время — бросала курить, это очень помогало.

А однажды, после аппендэктомии,— не смогла бросить, и ухудшение покатилось лавиной. Теперь не действовали мумиё с прополисом, бесполезной стала рука: боль держалась крепко.

Что делать? Я стала приводить в порядок позвоночник — а он не приводится, хоть убейся! Часами делаю массаж, а на результаты надо смотреть в микроскоп. Но тут, к счастью, у меня появился вектор — биолокатор. Мой неизменный помощник в диагностике. С помощью палочки я разглядела камни в почках мамы и увидела, что почки опущены... две недели мама ходила с компрессами из просоленной шерсти. Днем и ночью. И... позвоночник стал гибким, как в двадцать лет, боль исчезла. Но через год вернулась снова — уже язвой двенадцатиперстной кишки. И опять ходила я с этой неотвязной мыслью: «что делать?». Уже все в норме — и желудок, и почки, и сердце, и позвоночник. Одна беда — запоры, но клизмы она отказывается делать наотрез: «Все, что хочешь, только не это. У меня отличное слабительное. Пару таблеток через день, порядок. Отстань! Ты мне лучше достань обезболивающее».

Но все же, уговорами и хитростью, мне удалось прочистить ее кишечник, убрать следы старых запоров, и сразу прошли боли, она, в полном смысле слова, поднялась со смертного одра. А для меня это стало бесценным уроком:

не просто лечить больной орган. Приводить в порядок всю систему.

Теперь она снова курит, ест, что придется, безо всяких последствий. Ей уже 70 лет, а она никогда не имела такого чувства юмора, как сейчас. Зарядку делает по утрам, может, лежа на спине, коснуться пальцами ног пола за головой — вы так можете? А «березку», как она, сделаете? А можете держать прямые ноги на высоте спичечного коробка, лежа на спине, минуту? И я молюсь: «Господи, спаси, благослови и помилуй мою маму, рабу божию Тамару, во имя Отца, Сына и Святаго Духа. Аминь!»

САМ СЕБЕ ЦЕЛИТЕЛЬ

Очистка организма

Вначале ответьте на очень важный вопрос: «У вас бывают запоры?» Если — да, вам нужно срочно очистить толстый кишечник.

Толстый кишечник состоит из трех отделов: слепая, ободочная и прямая кишки. В ободочной — четыре части: восходящая (идет от правой подвздошной ямки до печени), поперечная — самая большая (проходит горизонтально рядом с печенью, желудком, двенадцатиперстной кишкой, поджелудочной железой и селезенкой), нисходящая (от селезенки вниз) и сигмовидная в левой подвздошной ямке. Как видите, толстый кишечник соприкасается с жизненно важными органами. Иногда в его нишах скапливается очень много, несколько килограммов кишечных камней — конкрементов. Эта масса затрудняет перистальтику и растягивает брюшину, вызывая опущения. Кроме того, камни в ободочной кишке непосредственно влияют на работу прилежащих органов, провоцируя образование желчных камней, эрозии и незаживающие язвы.

Вывести камни непросто — они, как правило, находятся в слепой кишке, а также в восходящей и поперечной ободочной, сами собой выйти они не могут, строение самой кишки помогает камешкам хорошо закрепиться.

Выход, однако, есть: нужно сделать много (20—40) клизм в течение одной недели, по две утром и вечером. Емкость каждой клизмы 1—2 литра.

Воду нагрейте до 35—40 градусов, добавьте сок свежей свеклы — 1—2 столовых ложки на литр, чуть подкислите лимонной кислотой или уксусом, добавьте отвар трав спо-

рыша, ромашки, пустырника, липы. При этом выполняйте несложное упражнение — стоя, слегка согнув ноги в коленях, обопритесь руками на колени и наклонитесь вперед, неглубоко вдохните, выдохните. Втяните живот, отпустите, повторите несколько раз. Вначале движения будут медленными, а потом, когда вы их освоите,— быстрыми. Позанимайтесь несколько минут, выпустите воду, отдохните. Общее количество клизм зависит от возраста, чем вы старше, тем большее засорение.

Когда остановиться? Главный признак: нормальная очистка кишечника.

Ограничьте употребление мяса, рыбы, творога и молока. Ешьте каши: пшенную, рисовую, гречневую — с тыквой. Очень полезна запеченная в духовой печи тыква. Прекрасно действует крапива — из нее делают салаты и щи. Постарайтесь в эти дни есть поменьше. Повторяйте: голод — приятное чувство! Пейте отвар (спорыш, шиповник, лист крапивы и березы) по два стакана в день. На область живота и печени на ночь кладите согревающий компресс из просоленной шерсти (полоску шерстяного трикотажа намочите, отожмите в полотенце и посолите слегка. Влажную ткань кладите посоленной стороной на больное место).

В нашей группе была пожилая учительница, Матрена Тимофеевна. Запоры ее мучили в течение 35 лет. Она решилась на очистку после 7 занятий. Через неделю после проведенной работы Матрена Тимофеевна поведала, что сделала за первые сутки 25 клизм.

— Зачем так много?! — удивилась я.

— А что же мне было делать, когда первые десять вышли чистой водой! А потом — как повалились, я была в ужасе: и черные, и зеленые, огромные, с грецкий орех, желтые... я их вначале собирала, потом махнула рукой — с каждой процедурой сыплются и сыплются. Чувствовала слабость, но сделала все, чтобы поднять давление. Зато теперь у меня счастье, какого я не знала 35 лет: никаких запоров всю эту неделю.

Тибетский метод очистки — высасывание шлаков

Ваш организм зашлакован. Причины — в недостатке движения, малой активности печени и почек, общей разбалансированности системы управления организма. Восполь-

зуемся древним рецептом очистки из практики тибетских монастырей.

Эту процедуру полезно делать всем, а особенно выздоравливающим — она устраняет опасность «ломки», обострения хронических заболеваний во время оздоровительных мероприятий.

Причиной обострения может быть активизация обмена веществ, рост активности микрофлоры в переходный период между нормой болезни и новой нормой здоровья, большое количество шлаков.

Ежедневно высасывайте из себя шлаки и болезнетворную микрофлору. Для этого возьмите в рот немного воды: движения мышц гортани напоминают те, что вы делаете, пытаясь убрать из зуба частички застрявшей в нем пищи. Эти же движения можно имитировать, как бы произнося звук «а-а-аа, а-а-аа»— беззвучно и с закрытым ртом.

Помните: вы пока не умеете делать это хорошо, у вас нет навыка. Нужно потренироваться: высасывайте 5—6 раз в день по 1 минуте, после чего выплюньте воду и сполосните рот кислым раствором. Когда вы научитесь, достаточно выполнять процедуру утром и вечером по 10—15 минут. Она помогает при головной и зубной боли, при ангине, ОРЗ, кариесе и стрессах.

Многие женщины из наших групп стали высасывать шлаки во время стирки, мытья посуды, уборки квартиры. Очень помогает представление об общности внешней и внутренней работы: «Я здесь чищу и чищу внутри».

Другие способы очистки

1. Выпивайте ежедневно 2—5 таблеток активированного угля. Уголь можно приготовить самим. Сделайте костер из сухих веток березы. Когда ветки превратятся в угли (но не в пепел!), залейте их водой или засыпьте снегом, высушите и сложите в банку с крышкой. Вечером уголек размером с вишню заверните в плотную бумагу, раздавите в порошок и выпейте с водой. В нашем доме вода для чая, супа и прочих нужд обычно налита в трехлитровую банку (внутри плавает уголек) и отстаивается в течение трех суток. Это делает воду чистой и вкусной.

2. Весной и осенью принимайте ежедневно витамин Е (2—3 капсулы или 10—15 капель). Добавьте витамин в крем для лица.

3. Ешьте продукты, содержащие грубую клетчатку,— яблоки, морковь, хлеб грубого помола.

ЗАКАЛИВАНИЕ

Вы любите зимой купаться в проруби? И я — нет. А теплая вода вам нравится? Тогда этот способ — для вас. У него — единственный недостаток, он слишком прост и доступен, и поэтому его легко бросить. Не бросайте, и простуда обойдет вас стороной. Закаливайте обязательно детей, им это нравится. Разденьтесь. Согрейте воду до температуры в 75—80 градусов, когда она очень горячая, но еще не кипяток. Намочите маленькое полотенце, быстро отожмите его и как можно быстрее оботрите им все тело. Если можете, походите по квартире минут пять, а можно это время провести в ванной. Ребенка можно пустить голеньким побегать. Потом оденьтесь и немножко подвигайтесь. Вот и все!

КАК ПОВЫСИТЬ ДАВЛЕНИЕ

Если у вас пониженное давление, будьте осторожны; при малейших признаках слабости стисните кулаки, зубы, подожмите ягодицы и с яростью скажите: «С-сс-сила! С-сс-сила! С-сс-сила!» Повторите все трижды. А потом выпейте стакан крепкого, можно — сладкого чая. Очень хорошо помогает легкое постукивание обычной массажной щеткой по голове, плечам, рукам, животу.

Постарайтесь укрепить в целом мышечную систему — в этом вам помогут гимнастика и массаж.

КАК ПОНИЗИТЬ ДАВЛЕНИЕ

Улыбайтесь! Широко, от души, по любому поводу! При этом держите расслабленными горло и кисти рук, дышите тихо. Не сердитесь ни по какому поводу. И обязательно помогите печени и почкам.

ПЕЧЕНЬ

У вас побаливает правый бок? Прошу вас, почистите печень. Даже если в поликлинике категорически отрицают наличие у вас камней, сделайте это, не повредит.

Вы, конечно, уже сделали очистительные клизмы?

В день очистки печени ешьте мало, выпейте литр яблочного сока (морса из смородины, клюквы, облепихи...) в 5—6 приемов. Примерно в 15 часов выпейте слабительное (5 таблеток сенны или крушины или 6—7 капсул касторового масла) — это одна доза. Подождите 2—3 часа. Если не начнется энергичное послабление кишечника, выпейте еще одну дозу — непременно нужно добиться, чтобы слабительное подействовало (у наших пациентов были случаи, когда они выпивали по 50 таблеток сенны без каких бы то ни было отрицательных последствий. Но этого не понадобится, если Вы заранее очистите кишечник!).

Когда слабительное подействует, начинайте второй этап: приготовьте три стакана — в первом сильно подкисленная вода или морс, во втором — 150 граммов растительного масла, в третьем — крепкий кофе, чай или отвар шиповника без сахара. Хорошо прополощите рот и горло подкисленной водой,. сплюньте и выпейте масло, снова прополощите рот, примите еще одну дозу слабительного и выпейте содержимое третьего стакана. После этого положите на область печени согревающий компресс из влажной подсоленной шерсти, сверху закрепите грелку (электрическую на удлинителе или мешочек с горячей солью) и ложитесь на правый бок, стакан с морсом лучше поставить рядом — на случай, если начнется тошнота.

Если вам понадобится встать, встаньте, но грелку не убирайте.

Камешки желчного пузыря содержат билирубин, окрашены в зеленый цвет, они выходят мягкими, а иногда настолько растворяются, что становятся сплошной зеленоватой массой. Это — лучший случай.

Утром обязательно поставьте несколько клизм, чтобы очистить кишечник от всего, что вышло из желчного пузыря.

Внимание! При появлении малейшей боли примите меры предосторожности: положите кулак правой руки на область солнечного сплетения, надавите и с силой отведите в сторону, слегка наклонившись вправо. Повторяйте до исчезновения болей. Это препятствует преждевременному выходу камней.

ПРОСОЛЕННАЯ ШЕРСТЬ

Это — превосходное народное средство. Мне передал секрет шерсти старый знахарь, который во главу угла своего лечения ставил приведение в норму печени и почек,

Животные, живущие на воле, болеют редко. Они едят, как правило, не всегда досыта, каждый кусок зарабатывают ногами, холод для них — естественное состояние. А еще? Еще — они покрыты шерстью! Шерсть греет, препятствует испарению, собирает пот при стрессе и движении. Пот содержит соль, гормоны, влагу. Во время отдыха организм из пота вновь всасывает биологически активные вещества. А соль, напротив, выводит из больного места вредные для тела вещества — они потом разлагаются микрофлорой — микробами, живущими в шерсти. Можно сказать, что шерсть оберегает и лечит животное. У человека естественной шерсти нет. Это во многом является причиной его многочисленных болезней. Но дело можно исправить, прикладывая шерсть к больному месту. Очень хорошие результаты наблюдаются при воспалениях, артритах, опухолях, невралгии, ушибах.

Возьмите любую шерстяную вещь — старую шаль, носки, кусок старого свитера или детские рейтузы. Вырежьте из шерсти накладки такого размера, чтобы каждая перекрыла больное место. К примеру, если болят колени или плечи, накладка берется шириной в ладонь. При воспалениях в области таза — чуть побольше, если болят стопы и щиколотки, берите целиком носки. Обработайте накладки в растворе для чистки почек и высушите их.

ПОЧКИ (ВЫВЕДЕНИЕ КАМНЕЙ И ПЕСКА)

Этот рецепт нужно применять всем, кто жалуется на боли в пояснично-крестцовой области, в суставах и остеохондроз.

Приготовьте отвар из травы спорыша (горец птичий), листьев березы и измельченных ягод шиповника, по 2—3 столовые ложки каждой травы поместите в литровую банку, залейте кипятком, закройте крышкой и поставьте в кастрюлю с кипящей водой, подстелив под дно банки тряпочку. На слабом огне выдержите 15—20 минут, настоите (если нет березы, можно обойтись без нее).

Вечером два стакана отвара выпейте как чай, в остальном отваре растворите 2 столовые ложки соли и замочите шерстяную ткань (аппликацию) нужного размера. Отожмите шерсть, сделайте согревающий компресс на всю спину, на область почек положите грелку. Компресс и грелку закрепите с помощью эластичного бинта. Грелку можно взять электрическую — с удлинителем, чтобы можно было

работать на кухне, читать или лежать. А можно сшить мешочек из хлопчатобумажной ткани шириной в ладонь и длиной, достаточной для перекрытия области почек, засыпать в него горячую соль, компресс держать всю ночь.

Вначале ваша утренняя моча может быть мутной, с хлопьями и осадком, а затем станет прозрачной и чистой. Одновременно будут очищаться суставы и позвоночник. Исчезнут боли, очистится каждая клеточка организма.

Чтобы сохранить в норме кальций, магний и другие микроэлементы, ешьте запеченную в духовке картошку с кожурой, изюм, курагу, орехи. Очень полезно ежедневно, пока вы чистите почки, вымыть, высушить, измельчить и съесть одну скорлупу от яйца.

Для ускорения процесса приведения в норму почек можно в области поясницы установить почечный биомагнит.

При появлении болей используйте упражнение, препятствующее преждевременному выведению камней, описанное в очистке печени, только в этом случае два кулака кладите на область почек и разводите кулаки в стороны.

КАК ПРИГОТОВИТЬ «ВОЛШЕБНУЮ» ВОДУ

Вода — это жидкий кристалл. Вам посчастливилось когда-нибудь напиться из родника в горах? Похожа ли вода на ту, что течет из крана на кухне? Нет, к сожалению! Вода из крана содержит вредные для организма активные газы, так называемые свободные радикалы, которыми воду очищают, например, хлор. Давайте сделаем родниковую воду!

Налейте в чайник или высокую кастрюлю обычную холодную воду и поставьте на сильный огонь, пусть крышка будет приоткрыта — для выхода газов. Как только чайник вскипит, снимите его и поставьте в неглубокий таз (чтобы края таза были ниже носика чайника), в таз пустите струю холодной воды. Крышку плотно прикройте, минут через десять можете пить! Ну, как?

Только не ленитесь, приготавливайте воду каждый день. Она гораздо чище, ее кристаллическая решетка при быстром охлаждении упорядочивается — а это очень важно. Нужно, чтобы клетки наши, на 90 с лишним процентов состоящие из воды, напитались влагой с упорядоченной кристаллической решеткой. Вспомните об угле и графите: и то, и другое — углерод, разница — в порядке внутри

кристалла. При охлаждении вода «запомнит» информацию.

В старых русских заговорах к воде обращались уважительно. Попросите воду помочь, повторите заговор 3, 7 или 9 раз:

«Госпожа Водица, ты моешь берега, каменья и кременья, питаешь землю и коренья, очисти меня, раба божия (имя), мой дом и моих близких от болезней, тоски, уроков, наговоров и сглаза. Укрепи мою душу и каждую клеточку тела! Слава тебе! Аминь».

Этой водой можно умываться, споласкивать волосы, чтобы лучше росли, поливать цветы. Если смочить этой водой семена для проращивания, семена быстро прорастут. Не забудьте каждый раз поблагодарить воду за помощь.

ПРОРОСШИЕ ЗЕРНА ПШЕНИЦЫ

Можно взять вместо пшеницы зерна ржи, сои, гороха, овса. В прорастающем зернышке образуются биологически активные вещества и витамины группы В и Е. Растущее семя задает иной ритм всем клеткам вашего тела — они омолаживаются, при синтезе молекул белка допускается гораздо меньше ошибок, снижается риск заболевания раком, опухоли рассасываются.

Омолаживать себя нужно, когда в природе ходят соки; весной — в марте, апреле, мае и осенью — в сентябре, октябре. Очень важно делать большие перерывы между периодами омоложения — нельзя себя подстегивать круглый год, нужно помогать своему организму, когда в нем идет перестройка. На каждого из членов семьи достаточно около 50 граммов зерен.

Осторожно! Завтрак из проросших зерен питателен! Уменьшите свой дневной рацион.

...Утром я промываю зерна «волшебной» водой, насыпаю их в неглубокую керамическую чашку, заливаю той же водой и закрываю сложенной вчетверо хлопчатобумажной салфеткой, сверху прикрываю блюдцем или крышкой и ставлю в теплое место часов на двенадцать. Вечером расстилаю влажную салфетку, раскладываю на одной половине ее набухшие зерна, прикрываю другой и осторожно задвигаю в полиэтиленовый пакет. Края пакета загибаю и защипляю двумя обычными прищепками, укутываю и кладу на батарею до утра. Утром я размельчаю про-

росшие зерна в кофемолке или обычной мясорубке, добавляю ложку сметаны, немного смородины с сахаром (если есть орехи, положите хоть немножко).

Осталось размешать и есть. Но — тоже по-особенному. Индийцы говорят: «Одно рисовое зернышко дает йогу больше, чем бифштекс англичанину». Думайте о хорошем, ешьте с уважением к пище.

Вспомните себя в юности, когда вы были влюблены. Легкое чувство голода не мешало Вашему счастью, не правда ли? Повторяйте несколько раз в день: «голод — приятное чувство». Пусть легкий голод волшебным образом перенесет Вас в мир юности, любви, радостного видения мира.

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

Голова болит по-разному. Иногда болит лоб, давит на глаза — это следы фронтита или гайморита. Иногда болит затылок — справа или слева, в этом случае нужно полечить ухо, но чаще всего человек страдает от распространенной по всей голове боли. И корень этих страданий — недостаток или избыток крови в мозгу.

Я исследовала большое количество больных, жалующихся на мучительные головные боли. Причины различны: плохая работа почек и, как следствие, ухудшение качества сосудов — вен и артерий; плохие суставы, в особенности — в шейном отделе позвоночника; перевозбуждение нейроэндокринной системы, бессонница; язвы и эрозии кишечника и, наконец,— травмы черепа и отиты.

У всех наблюдалось снижение пульсового кровотока и затруднение венозного оттока крови — нарушение мозгового кровообращения. У тех, кто занимался по нашей методике, головные боли прекращались, как правило, после 1—3 занятий.

Несколько человек избавились от лептоменингита: два и даже три года назад боли были постоянными. Я встречаюсь с этими людьми несколько раз в году, проверяю их здоровье. Результат проверок один: все процедуры выполняют, голова не болит.

Наряду с рекомендацией привести в норму почки, желудочно-кишечный тракт, эндокринную систему и снять последствия травм, мне хочется дать Вам несколько простых советов, очень хорошо помогающих при головной боли:

1. Смочите полоску шерстяного трикотажа в солевом растворе. Отожмите, завернув в полотенце. На поверхность насыпьте немного картофельного крахмала, вотрите его в ткань, отряхните. Повяжите на голову(той стороной, где насыпан крахмал) так, чтобы были закрыты лоб, виски и уши. Закрепите компресс мягкой косынкой, не сдавливая голову. Носите постоянно дома до исчезновения головных болей. Днем можно носить специально связанную повязку из шерсти, просоленную, но сухую.

2. Сделайте согревающий компресс на шею из шерсти, просоленной, как для очистки почек, закрепите его капроновым чулком — он хорошо держит и не сдавливает шею. Надевайте на ночь 3—5 раз в зависимости от степени поражения. Компресс должен охватывать всю окружность шеи, как ворот свитера.

3. Обязательно делайте гимнастику для головы и шеи (о ней у нас пойдет разговор чуть позже).

4. Заговорите травмы на себе или другом. Для этого нужно соблюдать несколько условий. Во-первых: Вы должны быть верующим человеком. Во-вторых: относитесь с уважением к текстам заговоров — эти вещие слова работают, помогают много веков. В-третьих: никаких посторонних мыслей и желаний в это время. Выучите текст наизусть. Произнести его нужно три раза. Можно использовать после каждого сильного ушиба.

Молитва пресвятой Богородице:

«Выйду я, раба божия (свое имя), благословясь, пойду, перекрестясь, из ворот в ворота, из дверей в двери, в чисто поле, на океан-море. На океане-море стоит церковь, в ней — престол, там сидит матушка пресвятая Богородица. Подойду я поближе, поклонюсь пониже: «Матушка, пресвятая Богородица, пришла к тебе поклониться, покориться, заговори удар — вывих рабы божией (имя того, у кого травма). Станови на место голову, суставы и полусуставы!» Во имя Отца, Сына и Святаго Духа. Аминь!»

ГАЙМОРИТ И ФРОНТИТ

Чтобы проверить, нужны ли вам эти рекомендации, ответьте на вопросы: «У Вас бывает головная боль, охватывающая лоб и виски? Иногда закладывает нос? Отекают веки? Течет из носа?» Если хоть на два вопроса вы ответили «да», делайте следующее:

1. На лоб — согревающий компресс из просоленной шерсти, смоченной соком картофеля или посыпанной картофельным крахмалом изнутри. Поверх него к середине лба приложите на ночь мешочек с горячей солью. Закрепите капроновым чулком или эластичным бинтом. Днем на лбу носите круговую повязку из сухой просоленной шерсти.

2. Катайте горячее вареное яйцо в скорлупе по обеим сторонам носа и вдоль лба. Когда яйцо остынет, очистите его, приложите одну половинку на нос, другую — на лоб минут на пять, затем снимите и скормите кошке, собаке или птицам — им это не повредит. Яйцо можно заменить картофелиной в кожуре.

3. Размолотый корень ферулы смешайте с облепиховым маслом, закапайте в нос — вызывает длительное чихание. Сходный эффект дает сок комнатного каланхоэ.

4. Промывайте полость носа чуть подсоленной и подкисленной водой.

ГЛАЗА

Вы уже успели привести в порядок позвоночник и голову, улучшили мозговое кровообращение? Без этих мер больших результатов не получите. Все сделали? Тогда — вперед!

1. Как можно чаще серебряной ложкой водите по глазницам. Можно на усталый глаз положить кусочек фольги на 4—5 минут.

2. Закапывать вечером в глаз по капле облепихового масла.

3. Сделайте массаж висков и разминание бровей (руки и лицо чистые). Положите пальцы рук на виски, легонько надавливая, массируйте круговыми движениями несколько минут, затем положите по 4 пальца на край кости скулы: указательный — возле уха, мизинец — у глаза. Надавите каждым пальцем, исследуя кость... может быть, один из пальцев ощущает на границе кости какие-то наросты, неровные образования, упругие болезненные комочки? Вибрирующими движениями пальцев как бы смывайте, убирайте эти наросты с кости и представляйте, что рядом течет чистейший ручей, он уносит мусор прочь. За один раз косточки не очистить, но терпение делает чудеса! Вы справитесь сами.

Сверху висок ограничен мощной лобной костью — попробуйте ее край тоже исследовать и почистить. Очень при-

ятно подержать затем несколько минут на виске листок фольги. Обратите внимание на косточки за ухом. Это — сосцевидные отростки височной кости. Очень важно их проверять и чистить регулярно, желательно каждый день массировать с силой, там расположены точки, влияющие на зрение. Захватите бровь у носа между указательным и большим пальцами, разминайте ее с усилием, медленно перемещайтесь к концу брови со стороны уха. Повторите несколько раз.

4. Растирайте мочку уха, как только почувствуете утомление.

5. Сделайте гимнастику для глаз.

УХО

Испечь на открытом огне маленькую луковицу-севок в кожуре (можно использовать и серединку из крупной луковицы) до мягкости. Почистить и горячей вложить в больное ухо корешками внутрь. Завязать сверху повязкой из просоленной шерсти. Когда луковичка остынет, заменить новой, повторить 5—6 раз. Очень хорошо согревает вложенная в ухо турунда (скрученная ватка), смоченная теплым 40-градусным камфарным (или любым другим) спиртом на всю ночь. На голову повяжите повязку из шерсти. Делать это 3—4 дня до прекращения головных болей и беспокойства в ухе или затылочной области головы.

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГОЛОВЫ И ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА

Вы, конечно, уже очистили почки и сделали несколько раз согревающий компресс на шею? И сделали все, чтобы избавиться от головной боли, полечили уши? Очень хорошо. Я убеждена в том, что Ваша голова поворачивается без скрипа. Теперь можно приступить к гимнастике, которая сохранит чистыми шею и голову. Делайте ее ежедневно, и старость обойдет Вас стороной, кровообращение мозга будет нормальным, головным болям — не бывать.

Упражнение 1. Надавливания.

Наклоните голову вперед, одновременно надавливая на лоб сплетенными пальцами рук. Последовательно надавите руками на затылок и виски — левый, правый. Голова про-

тиводействует давлению рук, а руки — давлению головы в течение, примерно, 10 секунд при каждом положении — всего понадобится 40 секунд.

Упражнение 2. Кожные растяжения.

Этот вид массажа помогает улучшить кровообращение на уровне капилляров в областях, богатых нервными окончаниями и биологически активными точками. Морщинки исчезают, питание и очистка кожи улучшается. А главное — прекращаются боли.

Положите кончики четырех пальцев обеих рук на лоб друг против друга (руки и лоб чистые и сухие), мягко надавите на кожу всей поверхностью ладони и мягкими тяговыми усилиями растягивайте ее в течение 10—40 секунд. Такое же растягивание можно делать на виске — в продольном и в поперечном направлении. То же на ухе — растягивать его во всех направлениях. При болях в ушной раковине — в особенности мочку уха. Такое растягивание уха помогает, когда у ребенка повышается температура тела выше 39 градусов, и вы не можете остановить этот рост.

В конце прошлого века доктор Нэгели обратил внимание на то, что на поверхности головы и шеи иногда появляются небольшие припухания — от них боль излучается на затылок и лоб. Он рекомендовал сильно растягивать кожу в этих зонах и терпеливо массировать их.

При мигрени и гипертонических кризах хорошо растягивать кожу в области солнечного сплетения и на шее сзади — в области седьмого шейного позвонка. Конечно, в комплексе с упражнениями 1—4.

Упражнение 3. Повороты с наклоном назад.

Этот вид массажа усиливает кровоток в наружных и внутренних яремных венах, вытягиваются шейные нервы, улучшается питание кожи шеи и лица, исчезают морщинки, улучшается питание мозга артериальной кровью и венозный отток. Голова становится свежей, усталость проходит. Очень полезно научить детей этому чудесному умению мгновенно снять усталость, например — в школе.

Итак, Вы сидите ровно, спина прямая. Медленно отведите голову назад, еще немножко... помогите рукой, надавите на подбородок назад и вверх. Можете медленно повернуть голову немного направо, налево. Побудьте в этой позе около минуты. Попробуйте прямо сейчас. Неправда ли, Вам легче? Детям достаточно 10 секунд.

Упражнение 4. Растягивания.

Этот вид массажа растягивает шейный отдел позвоночника, усиливает кровоток в позвоночных артериях, помо-

гает стоку ликвора в спинной мозг, улучшает работу шейного нервного сплетения. Это упражнение рекомендуется при повышенном давлении.

Вы сидите ровно, спина прямая. Медленно наклоните голову вперед, ёще немножко, постарайтесь дотянуться подбородком до груди. Положите сплетенные пальцы рук на затылок, надавите вперед и вверх, приподнимая затылок. Под тяжестью рук голова будет наклоняться все ниже и ниже. Посидите так около минуты. Минут через пятнадцать можно повторить (в том случае, если ощущение высокого внутричерепного давления снова появится).

Упражнение 5. Плечо — ухо.

Поднимайте плечи вверх, стараясь достать до ушей, опускайте, свободнее, быстрее — в течение 15 секунд. Теперь поочередно, одно плечо — вверх, другое — вниз, тоже 15 секунд. Разотрите шейный отдел позвоночника ладонями.

ГИМНАСТИКА ГОРЛА

Ваши шея и голос выдают Ваш возраст. Хотите иметь бархатный, чистый и молодой голос? Гладкую шею без морщин и второго подбородка? Сохранную Вишудху? Тогда действуйте. Безусловно, беречь здоровье нужно с детства, но и сейчас можно сделать многое. Конечно, Вы знаете, что следует остерегаться очень холодной и очень горячей пищи, не разговаривать на морозе и в транспорте, после речевой нагрузки остыть перед выходом на холод, избегать перегрузок и дышать тихонько через нос... высасывание шлаков по утрам стало для Вас привычной процедурой? Хорошо. Но еще — придется специально поработать. В группе, где я была тренером, упражнения для горла делали все женщины — а их было более ста человек. И за 6 лет ни одна ни разу не заболела ангиной. А ведь среди них были представители «говорящих» профессий — воспитатели, учителя и лекторы. Воспитатели использовали эту зарядку в детских садах, учителя — в школах: и их дети стали гораздо здоровее и сообразительнее.

У моих подопечных кожа на шее стала молодой и упругой — а ведь многим было за 50! Эти упражнения помогают сбросить напряжение при стрессе, успокаивают сердце. Можно научиться делать их совсем незаметно, и они будут Вашими незаменимыми помощниками в очереди или на скучном собрании.

Очень полезно научить гимнастике горла ребят. Дети будут Вашими тренерами и не позволят Вам бросить. А это так важно — начать и не бросить! Начнем?

Упражнение 1. «Лошадка».

Поцокайте языком — громче, быстрее — от 10 до 30 секунд.

Упражнение 2. «Ворона».

Произнесите звук «ка-аа-аа-ааар», посмотритесь в зеркало: постарайтесь поднять как можно выше мягкое нёбо и маленький язычок — 6 раз. Попробуйте делать это беззвучно и с закрытым ртом.

Упражнение 3. «Колечко».

Достаньте кончиком большого языка до маленького. С усилием, скользя кончиком языка по верхнему нёбу, постарайтесь дотронуться до маленького язычка. Попробуйте делать это беззвучно и с закрытым ртом. Положите ладонь на горло — Вы чувствуете, как напрягаются мышцы? Ослабьте усилия, увеличьте скорость... поработайте так около полуминуты.

Упражнение 4. «Лев».

Дотянитесь языком до подбородка. Повторите утром 6 раз.

Упражнение 5. «Зевота».

Умеете зевать? Нет? Научиться легко. При зевоте улучшается кровоснабжение мозга, в особенности — отток венозной крови. Вечер — самая удобная пора, а еще можно зевать, когда устанете.

Сидите удобно? Опустите голову и широко-широко откройте рот, не закрывайте его! Вслух или мысленно произносите: «оо-хо-хо-ооо»... Придет сладкая зевота, но Вы ждите прихода новой волны. Позевайте раз 5—6, старайтесь только не очень глубоко дышать.

Упражнение 6. «Трубочка».

Сделайте губы «трубочкой», повращайте ими по часовой стрелке и против, дотянитесь с усилием до носа, затем — до подбородка.

Упражнение 7. «Смех».

Мне кажется, что смеяться нужно и тогда, когда больно и тяжело. Да! Станет легче!

Представьте, что все неприятности позади, Вы здоровы, перед Вами Геннадий Хазанов. Готово?

Теперь о технике смеха. Нужно нажать на «хохотальную» точку и произносить «хохотальные» звуки — сначала медленно, потом быстрее. Еще быстрее. И начнется настоящий хохот. Мои дети из пяти детских садов, перепробо-

вав разные «хохотальные» точки у своих мам и бабушек, пришли к выводу: точка на кончике носа — самая лучшая! Начинать лучше утром, пока все спят — иначе Вас не поймут. Зайдите в ванную. Посмотритесь в зеркало. Подмигните себе, нажмите на нос — и...

«Хохотальные» звуки — это «ха-ха-ха-ха...», «хи-хи-хи-хи» или «гы-гы-гы-гыы» (произносите звук «г» мягко, по-украински). Смейтесь над собой, над иронией судьбы, над соседом, над правительством.

Мир уцелел потому, что смеялся. Да, смеются победители. Но, может быть, они победили, потому что смеялись? Хохочите вместе с детьми. Они так хорошо смеются... и куда денутся тоска, хандра и болезни!

Особенно — если Вы не забудете выполнять малую работу по сохранению Вашего здоровья. Это совсем не сложно и не требует много времени и усилий.

АНГИНА

Чтобы избежать ангины, советую стараться говорить негромким голосом добрые слова и почаще улыбаться.

Ангина чаще всего появляется из-за огорчения или переохлаждения всего организма. Очень важно обнаружить ее как можно раньше — и сразу действуйте!

1. Высасывайте шлаки по тибетскому методу. Внимание сконцентрировано на области горла, миндалин. Делайте это по одной минуте каждый час. Ополаскивайте горло кислым раствором. Добавьте в него 1—2 капли йода. Бактерии стафилококков и стрептококков быстро гибнут в кислой среде.

2. Сделайте круговой компресс из шерсти, как для почек, на шею. Если сможете, пропитайте шерсть мочой.

3. Катайте горячее вареное яйцо в скорлупе по обеим сторонам горла — вдоль миндалин. Когда яйцо остынет, очистите и разрежьте его. Приложите половинки по обе стороны горла минут на пять, затем снимите и скормите кошке, собаке или птицам.

Можно заменить яйцо картофелиной.

4. Делайте гимнастику для горла каждый час по 2—3 минутки.

5. Сделайте аппликации из медных монет на область миндалин. Если нет меди, приложите небольшие листочки обычной фольги.

6. Положите под язык крупинку мумиё размером с зернышко пшена.

7. Съешьте ложку меда с перцем, укутайтесь потеплее.

8. Глядя на лес или рощу, широко откройте рот и скажите мысленно: «Бор-борок, проглочу тебя с корнями!» Повторить трижды.

9. Жуйте прополис — 1 грамм в день. Разделить на 3 порции, каждую после еды нужно пожевать до мягкости, а затем, протерев боковые зубы салфеткой, размазать по их поверхности прополис. Пусть прополис находится во рту все время, даже ночью. Он немножко горький, но имеет чудесный аромат. Когда придет пора еды: завтрак, обед или ужин, Вы проглотите этот прополис с едой.

10. Если сможете, сполосните горло мочой.

ГИМНАСТИКА РУК

Рука — самая чудесная часть тела человека. Моя рука гораздо умнее головы. Ей приходится много работать, и я, как умею, стараюсь ей помочь. Попробуйте — может быть, Вам понравится.

Упражнение 1. Поможем меридианам.

Положите ладонь под мышку другой руки, плотно прижимая ладонь к коже, с усилием проведите рукой вниз, к пальцам по внутренней стороне, затем — с усилием по наружной стороне — от кончиков пальцев к плечу. Получилось кольцо — вниз по внутренней, вверх по наружной поверхности руки. Повторите колечко 3—4 раза на левой руке, затем — на правой. Таким образом Вы помогаете нормально работать меридианам тонкой и толстой кишки и тройного обогревателя — они расположены на внешней поверхности каждой руки (энергия в них движется снизу вверх) и меридианам внутренней поверхности — легких, перикарда и сердца (в них энергия идет сверху вниз).

Упражнение 2. Поможем пальцам.

1. Растирайте каждый палец от кончика к основанию так, как будто надеваете тугие перчатки.

2. Плотно обхватив палец ладонью другой руки, массируйте, закручивая его кнаружи и вовнутрь.

3. «Вымойте» руки воображаемыми водой и мылом, отряхните их со словами: «На воду, на землю».

4. Руки очень не любят щелочь. Осторожно! После каждой стирки хорошо ополосните руки и смажьте любым питательным кремом. Годится сметана или молоко.

Упражнение 3.

Сжимайте и разжимайте пальцы в кулаки — так быстро, как только возможно, и еще быстрее — 15 секунд. Локти опущены, предплечья горизонтально. Потрясите полностью расслабленными кистями, быстрее — 15 секунд.

СТАТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА

Статика от слова «стать», что на Руси означало стройность, величавость и, конечно же,— втянутый живот и прямую спину. Для улучшения стати нужно укрепить мышцы спины и живота, образующие каркас для внутренних органов и позвоночника. Когда органы находятся на тех местах, где им быть надлежит, они работают нормально. Но под влиянием напряжений, связанных с поднятиями тяжестей или родами у женщин, при слабых мышцах живота и спины органы смещаются вниз, провоцируя различные болезни. Нужно их поднять и удержать. Удержать помогут только мышцы. Позвоночник человека выдерживает огромные нагрузки за счет прямохождения. У кошек и собак остеохондроза не бывает. Их позвоночник расположен горизонтально и не подвержен таким нагрузкам, как наш. Наш — под влиянием тяжестей, тряски, ударов при беге и прыжках — деформируется, истончаются межпозвоночные диски, уменьшается их эластичность, у краев позвонков вырастают костные наросты неправильной формы — они могут стать причиной ущемления корешков спинно-мозговых нервов. Из-за недостаточной физической активности ослабевают мышцы и связки, ухудшаются процессы очистки, питания и регулирования в области позвоночника в целом. А в результате — боль и ранняя старость.

Вы, конечно, уже вылечили свой остеохондроз и радикулит, прикладывая к суставам компрессы из шерсти, и почки Ваши очистились? Теперь нужно позаботиться о сохранности позвоночника на всю оставшуюся жизнь. Я прошу Вас уделить этому всего 5—10 минут в день, но — регулярно. Помните: лучше не начинать, чем начать и бросить. Выбирайте — тренироваться или быстро стареть. Выбрали? Вам понадобится секундомер или часы с секундной стрелкой.

Моя семья выполняет этот несложный комплекс так: каждое из упражнений повторяется три раза, чтобы не было сильной усталости, после каждого упражнения выпол-

няется соответствующий массаж. Я держу ноги, лежа на спине, трижды по одной минуте.

Упражнение 1. Подъем.

Ложитесь на коврик на спину. Поднимите прямые ноги на высоту спичечного коробка над полом — чем ниже, тем лучше. Рука — на животе, можно делать легкие поглаживания, можно — надавливать на пупок и на точки по кругу вблизи пупка. Постарайтесь продержать ноги полминуты. Терпите. Убеждена, что дней через десять Вы легко выдержите минуту. И сразу приступайте к массажу.

Массаж 1.

Согните ноги, поглаживайте живот по часовой стрелке — 5 раз. Теперь будем поднимать опущенные органы. Запомните заговор:

«Станьте по-старому, как отец с матерью поставили!»

Произносите эти слова мысленно, со страстью, с непоколебимой уверенностью, что — как скажете, так будет. В то же время энергично руками поднимайте опущенные кишечник и желудок. Делается это так: положите чуть разведенные пальцы на живот. Надавите. Представьте себе, что Вы захватили орган. Захватили? Тяните вверх, по направлению к плечам. Повторите трижды вместе с заговором.

Упражнение 2. Взлет.

Ложитесь на коврик на живот. Поднимите сразу руки и ноги как можно выше вверх. Продержитесь пять — десять секунд.

Массаж 2.

Подложите под таз небольшую подушку. Будем поднимать опущенные почки. Для этого положите два сомкнутых кулака на позвоночник у копчика. Сильно надавливая, разводите кулаки в стороны и вверх, к краям ребер. Повторяйте слова заговора.

Повторите массажные движения трижды.

Этот массаж очень полезно делать и днем, когда лечь нельзя, например, на работе после долгого сидения на месте, после утомительной езды в транспорте или стояния у конвейера. Все — так же, только — стоя: наклонитесь и помассируйте спину.

ГИМНАСТИКА НОГ

Конечно, красивые ноги, как дар божий, даются не всем. Главное, чтобы не было варикозного расширения вен и ярко выраженного расширения ноги сразу после колена.

Вот несколько упражнений, которые помогут Вам улучшить форму ноги, привести в порядок сосуды, суставы и меридианы ног. Занимайтесь этим вечером, когда связки и мышцы растянуты. Эти упражнения помогли моей маме избавиться от тяжелейшего артероартроза, а женщинам из нашей группы — от варикозного расширения вен.

Упражнение 1. Массаж.

Сядьте на коврике. Хорошенько разотрите колени и щиколотки обеими руками. Промассируйте икры так, чтобы почувствовать жар в ногах. Сильно надавливая, промассируйте пальцами ахиллово сухожилие и всю стопу. Затем положите ладони на наружную сторону бедер у самого таза. Плотно прижимая, проведите руками по боковой поверхности ног до самых стоп. Переведите ладони на внутреннюю поверхность у щиколотки, прогладьте ноги снизу вверх, и еще раз с максимальным усилием — вниз по внешней, вверх — по внутренней поверхности ног. Таким образом Вы помогаете нормально работать меридианам желудка, мочевого и желчного пузыря (они расположены на внешней поверхности каждой ноги; энергия в них движется сверху вниз), и меридианам печени, почек и поджелудочной железы (они — на внутренней поверхности ног; в них энергия идет снизу вверх).

Вы можете делать этот несложный массаж, сидя на стуле и даже стоя. Эффект Вы почувствуете сразу.

Упражнение 2. «Складной ножик» или пашиматасана из йоги.

Сидя на коврике, возьмитесь руками за щиколотки и притяните грудь и лоб к ногам. Не бойтесь боли, она помогает Вам концентрировать усилия в нужном месте. Представьте: через Ваши ноги под большим напором протекает теплая чистая вода. Она вымывает мусор из суставов, сосудов, мышц. Побудьте в этой позе как можно дольше, до трех минут.

Представляйте, что Ваши ноги становятся такими, какими Вы хотите их видеть: мышцы крепче и длиннее, суставы и сосуды — моложе.

Повторите массаж —«вниз по внешней, вверх по внутренней». Можно еще разочек повторить. Хватит терпения?

Упражнение 3. Встряхивание .

Лежа на спине, поднимите руки и ноги вверх. Быстро и легко встряхните руки и ноги, как собака, которая вылезла из воды (делать так в течение, примерно, полуминуты), затем положите ноги на небольшую подушку и полностью расслабьтесь.

УРИНОТЕРАПИЯ

Моча (урина) человека содержит много полезных веществ. При болезни почки выбрасывают необходимые организму элементы. Прием урины внутрь замыкает цепь обратной связи и способствует быстрому выздоровлению. В книге «Живая вода» врач Армстронг рекомендует пить урину при самых разных заболеваниях — от простого воспаления до туберкулеза и рака. Но в глухой деревушке сибирский знахарь задолго до появления книги Армстронга посоветовал мне давать больному полстакана утренней мочи, в которой — подсказка целителю, как одолеть недуг.

Многие из тех, кто постоянно использует этот метод, не нахвалится результатами, но... не все могут себя заставить выпить такой напиток, кроме того, не всем нужна такая большая доза. Как выяснилось, помогает даже 10—15 миллилитров в сутки.

В моих группах в течение двух лет проверялся «щадящий» вариант уринотерапии.

Из своей утренней мочи сделайте клизму (50—150 мл). После этого ложитесь и приступайте к гимнастике в течение 10—15 минут, затем можно заняться своими делами.

Уриной можно промыть глаза, кожу лица и шеи, можно использовать ее для компрессов при опухолях и воспалениях.

Урина частично всосется прямой кишкой, всасывание через которую гораздо эффективней, чем через желудок, а частично выйдет, действуя, как легкое слабительное. Это можно делать даже младенцам при простуде — великолепно заменяет антибиотики. Только не забудьте наконечник клизмочки смазать растительным маслом.

Наиболее благоприятные периоды — весна и поздняя осень, когда все так часто простуживаются. Будьте осторожны и — пробуйте! Любое внимание к своему телу вознаграждается.

ГЕМОРРОЙ

Болезнь эта часто возникает у совсем молодых людей из-за тех же причин, что приводят к опущениям: поднятие тяжести и роды у женщин. Каждый из предложенных рецептов проверен и помогает; но лучше использовать сразу несколько — выберете, что Вам больше подойдет.

1. Делайте на ночь маленькие клизмочки (50 мл) из

равных частей сока каланхоэ, алоэ и сырого картофеля.

2. Можно на ночь ввести в анус ваточку, смоченную в винилине (бальзам Шостаковского).

3. Попробуйте лечение парами молока, чеснока и дегтя. В кирпиче выдолбите выемку, разогрейте его и положите в металлическое ведро. Налейте в выемку деготь. Можно высыпать на горячий кирпич мелко порезанный чеснок и плеснуть молока. Сделайте мягкую прокладку на край ведра, чтобы не обжечь кожу, и сядьте. Окутайте нижнюю часть тела вместе с ведром одеялом, чтобы не уходило тепло.

Как правило, трех процедур достаточно. Эта процедура помогает также при гинекологических заболеваниях.

4. Плюньте рано утром на бумажку, при этом скажите заговор: «Редька болючая, редька сыпучая, редька нутряная, редька ветряная — сгинь, пропади, по рабе божией (свое имя) не ходи! Аминь!» и вытрите больное место. Повторите процедуру трижды за раз.

5. На ночь введите в прямую кишку свечку из подсоленного сала. Помогает также свечка, сделанная из свежей картошки.

6. Ежедневно, непременно,— укрепление мышц живота и спины.

7. Три раза в день — по 1 чайной ложке дегтя, запить водой. Всего три дня!

8. Уберите опущение почек и кишечника, избавьтесь от запоров.

9. Утром проглотите крупинку сапожного вара. Три дня подряд.

10. Делайте компрессы из шерсти, смоченной мочой, и клизмы из утренней мочи.

ЭРОЗИИ И ЯЗВЫ

Исходя из моего опыта, можно выделить четыре причины заболеваний:

1. Мышечная слабость, в результате которой ослабли мышцы клапанов желудочно-кишечного тракта;
2. Опущения желудка и почек из-за перенапряжений;
3. Шлаки в толстом кишечнике;
4. Хронический гиподинамический стресс.

При лечении можно порекомендовать обязательно устранение всех причин, породивших язву или эрозию. Кроме того, очень хорошо действует отвар картофеля или овся-

ной кисель. Сварите картофель как на пюре, разварите его, чуть подсолите. Слейте беловатый отвар. Пить его нужно понемногу и часто — раз в полчаса-час делать несколько глотков. Полезно проглотить утром сырое яйцо. Замечательно действует прополис. Следует его жевать (так же и в случае легочных заболеваний).

ДИАБЕТ

Великий Авиценна писал, что причину диабета нужно искать в больных почках, перегруженной спине и переедании. Опыт показывает, что сахар в крови приходит в норму, как только:

1. Устраняются опущения почек и желудка;
2. Очищаются почки и печень;
3. Очищается толстый кишечник при запорах;
4. Укрепляются мышцы спины и живота;
5. Стирается информация о травмах и операциях;
6. На смену глубокому приходит поверхностное дыхание.

Попробуйте выполнить наши рекомендации по каждому из пунктов, и Вы обнаружите, что станете сильнее, перестанут болеть суставы, исчезнет сухость во рту и жжение или холод в ногах...

АЛЛЕРГИЯ

При кожных заболеваниях очень помогает трава, собранная в Троицу. Соберите лист березы, спорыш — он растет у дома, лист молодой крапивы, а особенно — смородины. К этой поре обычно уже подрастают молодые побеги смородины на старых кустах — берите их целиком. Высушите, разложив траву так, чтобы ее не беспокоили сквозняки и солнечный свет. Лучше всего, на шкафу. Давайте детям чай из этого сбора, пейте сами, можно споласкивать тело после купанья. Обязательно нужно научиться дышать тихонько носом. Мы своему малышу говорили: прикрой скорее ротик, трамвай заедет! Или машина, или автобус — что было перед глазами. Он хохотал, но рот закрывал, а мы его хвалили.

А зимой, по совету Никитиных, мы выносили его в одном чепчике на двадцатиградусный мороз — на 10 секунд, на 20, на полминуты. Потом растирали в теплой комнате

до красноты, одевали слегка и тормошили, тормошили без конца. А когда стало тепло, снова появился диатез — грудь, живот — как терка, даже появились беловатые точечки типа гнойничков. И диета, и череда с ромашкой, и клизмочки из мочи — не помогало. А вот смородина Троицы помогла сразу — как и не было! Нормальный парень вырос.

ЛЕГКИЕ

Дыхание должно быть неглубоким. Особенно важно поверхностно дышать тем, у кого одышка, слабость и пот, плохой сон. Причина недугов в глубоком дыхании, уносящем из организма углекислоту и нарушающем работу всего организма.

Для выработки привычки к легкому дыханию нужно тренироваться. Врач К. П. Бутейко доказал, что перед легким дыханием отступает астма. Но его тренировки мучительны и требуют большой силы воли.

Я предлагаю простую и приятную процедуру, доступную всем. Перед сном, лежа на спине, поставьте на грудь трехлитровую банку с теплой водой (около 40 градусов) на 15—20 минут. Придерживайте ее. (Ребенка можно уложить на живот, а банку поставить на спинку. Успокойте ребенка, почитайте ему, пусть так уснет. Малышам до трех лет наливайте, конечно, неполную).

Расслабьтесь, дышите тихо, тихонько, как будто Вы прячетесь. Когда почувствуете, что глаза слипаются, снимите банку и спите. Приучите себя делать это ежедневно. В дневное время дышите так, чтобы немножко не хватало воздуха. При разговоре никогда не делайте вдоха ртом — только носом! Не разговаривайте в автобусе — подумайте: какой загазованный здесь воздух, придержите дыхание. Придерживайте дыхание на морозе, особенно при стенокардии. Если появится боль, старайтесь дышать так, чтобы рука, положенная на диафрагму, не ощущала колебаний. Очень полезно сделать согревающий компресс на всю спину из шерсти, подготовленной так, как для почек. Грелку можно закрепить на лопатках, а можно — в области почек. Детям на тело под шерсть подложите марлю, чтобы не кололо.

Можно пожевать прополис — так, как при ангине.

При кашле и туберкулезе отлично помогает настойка исландского лишайника (мха). Мох растет в чистых лесах,

в дюнах, в тундре, на песчаной почве. Если у Вас есть мох, сложите его в молочную бутылку, чуть больше ее половины, залейте водкой, закройте крышкой и поставьте в темное и теплое место. Через семь дней слейте и залейте новой порцией водки. Полученный семидневный настой — пить по 1 чайной ложке после еды — вливать в молоко или воду.

ЦИСТИТ (ВОСПАЛЕНИЕ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ)

Это, как правило,— простудное заболевание. Характеризуется учащенными позывами к мочеиспусканию, иногда при этом бывают рези. В моче — белок, моча мутная, лейкоциты в крови выше нормы. Очень распространен среди детей, часто является одной из главных причин энуреза. Если своевременно не вылечить, переходит в хроническую форму и сопровождает человека всю жизнь.

А вылечить очень легко, особенно — у детей. Осенью 1990 года ко мне подошла женщина с шестилетним ребенком. Мальчик поднял ко мне бледное одутловатое лицо и сказал: «Ирина Александровна, спасите меня, пожалуйста...» А мама рассказала, что у Ромочки 300 единиц белка в моче, его лечили гормонами, он за полгода располнел, с каждым днем — все хуже. Я дала им вот эти рекомендации:

1. Нашейте на трусики изнутри сухую шерсть, подготовленную, как для почек. Можно сделать съемную повязку из шерсти на резиночках, надевать на низ живота на голое тело. При малейшей простуде закрепляйте и носите, пока симптомы не исчезнут.

2. Очень хорошо помогает стрептоцид, если нет аллергии на сульфаниламиды. Для взрослых — дневная доза по 2 таблетки три раза в день, шестилетнему ребенку — по 1 таблетке. Принимать в течение 3—5 дней за полчаса до еды.

...Через три дня они сияли от радости: только что получили результаты утреннего анализа — белка 0,495 единиц. Он уменьшился в 606 раз! Ромочка выздоровел.

ЭНУРЕЗ (У ДЕТЕЙ)

Вначале обязательно вылечите цистит. Но, довольно часто, встречается еще одна причина этого недуга — нару-

шение функции кишечника, сопровождающееся изменением углеводного обмена.

Настройте ребенка на подвиг. Говорите ему, что он сильный и могучий. Он справится. Обещайте за пять «сухих» ночей награду. Радуйтесь вместе с ребенком каждой удаче, не браните за неудачу — сделайте вид, что ничего не произошло. Перед сном дайте малышу кусочек хлеба, посыпанный солью. Поощряйте гимнастику, укрепляющую мышцы живота. Самое простое — поднимать ноги в висе на перекладине.

СЕРДЦЕ

Сердце — чудесный орган. Древние считали его средоточием разума и любви. Сердце работает всю жизнь без отдыха. Оно не берет из той крови, что прогоняет, ни капли для себя. Сердце — пример бескорыстия.

Какие же поражения сердца приходилось мне чинить? Главное — ослабление тонкой мускулатуры клапанов и миокарда из-за ухудшения питания и углеводного обмена. Венечная артерия, выходящая из аорты и разделяющаяся на две ветки — правую и левую, отдельно питает правое и левое сердце. В очень большой степени работа сердца определяется качеством венечной артерии, ее правой и левой ветвей. Под качеством я понимаю упругость, эластичность сосуда, силу его гладкой мускулатуры.

В самом общем виде то, что я делаю для восстановления сердца, можно назвать приведением в норму манипуры и всех контролируемых ею органов, главными из которых являются почки и поджелудочная железа.

В левом сердце ослабевают полулунные клапаны легочных вен и аорты и двухстворчатый митральный клапан. В правом — клапан легочной артерии и трехстворчатый. При этом чаще всего между створками остается щель, и при сокращении мышц сердца, особенно — желудочковых, происходит обратный заброс крови. Это — пролапс. Реже бывает стеноз, когда ослабевают мышцы, раскрывающие клапан, чтобы обеспечить кровоток: сердце увеличивает частоту сокращений. При поражении правого сердца обычно страдает проводящая система, центрами которой являются синусовый и атриовентрикулярный узлы. При ее ослаблении возможна аритмия.

Вот какие рекомендации я даю своим сердечникам:

1. Приведите в порядок почки, легкие, кишечник и печень.

2. Научитесь ограничивать глубину дыхания.

3. Диафрагма — тонкая мышца, разделяющая грудную и брюшную полости. Основное ее назначение — помощь легким при дыхании. В средней части купола диафрагмы есть углубление для сердца. При нормальной работе диафрагмы сокращение ее мышечных волокон вызывает опускание купола диафрагмы и выпячивание брюшной стенки. Подъем купола вверх происходит за счет разности внутрибрюшного и внутригрудного давления при расслаблении диафрагмы. Это — в норме.

Но при стрессе диафрагма может вредить сердцу: возможны рост внутрибрюшного давления и резкое ослабление мышцы диафрагмы из-за ухудшения углеводного обмена, когда в крови сахар. При этом купол диафрагмы поднимается вверх и сдавливает сосуды аорты и венечной артерии. Возникает голод сердечной мышцы, боль, слабость — сердечный приступ, который может кончиться инфарктом. Сейчас человека атакует множество отрицательных раздражителей, поэтому опасность для сердца велика.

Что же делать? Поучитесь! Положите руку на брюшную стенку чуть ниже пупа. Чуть напрягите брюшные мышцы так, чтобы руку отодвинуть вперед. При этом диафрагма опустится, питание сердца станет лучше. Не торопитесь снимать руку с живота, дышите тихонько. Научитесь дышать с напряженной брюшной стенкой. Не правда ли, сердцу лучше?

Выработайте у себя привычку в случае опасности уменьшать глубину дыхания и напрягать живот. Потренируйтесь, лежа в постели. Этот простой прием помогает замечательно и не дает никаких плохих последствий. Кроме того, нужно научиться не допускать стрессов. Освойте аутотренинг!

4. При сильных сердечных болях возьмите в рот полколпачка любого настоя валерианового корня. Очень хорошо действует смесь валерианы с боярышником, капли Зеленина. Не глотайте сразу, подержите во рту минут 5—10, потом проглотите. За это время Вы успеете выпятить живот, уменьшить дыхание и сделать массаж меридиана сердца.

5. Наружный ход меридиана сердца начинается в подмышечной впадине, проходит по локтевой стороне плеча и предплечья как по левой, так и по правой руке, затем — по локтевому краю кисти и заканчивается у ногтя мизинца. Направление потока в меридиане — от плеча к мизинцу.

Очень полезно растирание меридиана от локтя к мизинцу, с усилием, до жара в руке. Попробуйте прямо сейчас! Для этого закатайте рукава и растирайте до появления тепла локтевой край предплечья и кисти — вначале на левой, а потом — на правой руке. Теперь найдите пульс на запястье, посчитайте частоту сердечных сокращений. Если сердце бьется часто и сильно, его нужно успокоить. Для этого помассируйте медленно и сильно область запястья между первой и второй складочкой. Если пульс редкий и слабый, сердце нужно тонизировать. Для этого быстро и легко сдавливайте самый кончик мизинца у ногтевого ложа: осторожнее! Напрягите горло. Может подняться артериальное давление.

6. Положите правую ладонь под левую грудь на сердце. Прикройте глаза. Подумайте о сердце с благодарностью. Поблагодарите его за работу, успокойте его, погладьте, плотно прижимая ладонь к груди, легкими круговыми движениями, так, чтобы кожа сдвигалась. Скажите сердцу ласковое слово, пожелайте ему удачи. Пожелайте — со страстью, с уверенностью: как Вы скажете, так и будет! — любви и покоя.

Разговаривайте со своим сердцем и помогайте ему постоянно.

7. Утром смочите ватку в настое валерианы и носите на груди весь день. Можно носить на груди в специальном мешочке валериановый корень и зубчик чеснока.

Можно утром приготовить себе лекарство на весь день: возьмите кусочек хлеба размером с палец. Разрежьте его на четыре части и на каждую накапайте 2—4 капли валерианового настоя. Каждые четыре часа берите кусочек в рот. Пожуйте и подержите несколько минут во рту, затем проглотите.

Это нужно делать до полного исчезновения каких бы то ни было сердечных неполадок.

РАК

Из рецептов, которые мы проверили на практике, заслуживают внимания следующие:

1. Очистите и приведите в норму почки, печень и кишечник. Делайте компрессы из шерсти с мочой.

2. Любимейшее средство народных целителей — марьин корень (пион уклоняющийся). Если Вы достали корни, засыпьте две трети поллитровой бутылки корнями и за-

лейте доверху водкой. Закройте и поставьте в теплое и темное место. Через 7 дней слейте настой, вторично не заливайте — корень отдал все полезное. Настой пейте по 1 чайной ложке трижды в день перед едой.

3. Если процесс зашел далеко, используют фракцию-2 (АСД-2). Этот препарат успешно используется в ветеринарии и обладает непереносимым зловонием. По существующим рекомендациям препарат нужно пить, ежедневно добавляя по одной капле, до тех пор, пока не дойдете до 20 капель. Затем ежедневная доза уменьшается на одну каплю в день, пока не дойдете до одной капли. Мы применяли щадящий рецепт: делать клизмочки из мочи мягкой детской клизмой (50 мл) с добавлением АСД-2, начиная с одной капли. Ежедневно нужно добавлять по одной, пока не дойдете до десяти. Затем уменьшать по капле в день. Сделать двухнедельный перерыв и повторить курс. Фракция должна быть свежей.

4. На место опухоли класть аппликации из меди, медную или алюминиевую фольгу. Ежедневно с внутренней стороны медь нужно чистить обычной пастой для посуды, счищая ярь медную — сильнейший яд, о котором предупреждал еще Авиценна. Кожу тщательно мойте, чтобы не оставалось зеленого налета.

5. Я использую два заговора от опухоли (ура́за) очень сильные. Их нужно говорить в полной уверенности, что помогут. Обязательно выучить наизусть.

ОТ ОПУХОЛИ (УРАЗА)

Заговор первый.

Господи, благослови! Во имя Отца, Сына и Святаго Духа. Аминь! Как Господь Бог небо и землю, воды и звезды твердо утвердил и крепко укрепил, и как на той матери сырой земле нет никакой болезни: ни ломоты, ни опухоли — так бы сотворил Господь и меня, рабу божию (имя), твердо утвердил и крепко укрепил жилы мои и кости мои, и праведную душу мою, и белое тело мое, так бы и у меня, рабы божией (имя), не было на белом теле, на ретивом сердце, ни на костях моих, ни на душе моей никакой болезни, ни опухоли, ни ломоты, ни обиды. Един Архангельский ключ во веки веков. Аминь!

Заговор второй.

Взять доску с сучком, поставить рядом банку с водой. Водить вокруг сучка безымянным пальцем одной руки, а

по больному месту — безымянным пальцем другой руки, обоими — против часовой стрелки и говорить:

«У тебя, палец, имя нет, у тебя, ураз, на рабе божией (имя) — места нет. Уходи на воду, на землю! Как сук сох-засыхал, корней не пускал, так пусть ураз у рабы божией (имя) сохнет-засыхает, корней не пускает! Аминь!»

Повторите 9 раз. Потом воду выплесните на землю от порога.

ОТ РАКА

Посадить или положить больного рядом с бегущей водой. Не касаясь, обводить рукой против часовой стрелки больное место и, сбрасывая на воду, говорить:

«Рак цеплючий, болючий, едучий, отцепись от рабы божией (имя), не хватай, не грызи, отпусти, ее. Ступай на воду, на реку, на белый песок, там тебе игранье, там тебе гулянье, там тебе постлано! Слово мое крепко! Аминь!»

Повторите 9 раз.

ЗАГОВОР ОТ УДАРА

«Батюшка, свято место, не ты на меня нашло, а я на тебя, прости меня, Христа ради! Аминь!»

При этом поклониться месту, где ударилась, а не ругать.

ЕСЛИ ИЗ РАНЫ ИЛИ НОСА ИДЕТ КРОВЬ

Остановить кровь просто: наденьте на шею на нитке любой металлический ключ, перекиньте его за спину.

Часто кровотечения происходят из-за слабости стенки сосудов — для укрепления можно периодически пить скорлупку от яиц. Отлично действует заговор, его следует выучить наизусть и произносить на одном выдохе — один, три или девять раз.

«Шел Иисус на Аминь-гору, поранил ногу.

Ты, Иисус, назад воротись, ты, кровь рабы божией (имя), в ранке остановись! Аминь!»

МОИ ПАЦИЕНТЫ

Тане Карповой сейчас 25 лет. Она фармацевт, работает в аптеке, ей доступны все лекарства. Ее обследовали десятки раз, ее история болезни имеет объем общей тетради, и, тем не менее, она — у меня на приеме.

Таня жила на Севере. Однажды она упала на лестнице, сильно ушибла голову и позвоночник, наступила клиническая смерть. Реанимировали. Но боли в правой почке были невыносимыми. Пришлось сделать операцию — почку подшили, но остались постоянные боли в голове и в правом боку, беспокоило сердце. Слабость не позволяла поднять маленькую дочку. Приходила с работы — и ложилась. Постоянно простуживалась.

При диагностике на голове явственно ощущались две травмы. Снять их было недолго, но оба уха — не в порядке, пока что просто ватку положу со спиртом в ушко — вот и славно, голова уже не болит. Эндокринная система стремительно успокаивается — как хорошо работать с молодыми!

Сердце поражено, правое. Его проводящая система ослаблена. Немного. Аритмия... Клапаны, особенно трехстворчатый, закрываются неплотно, пролапс, правая ветвь венечной артерии ослаблена.

...После операции прошло два года, обе почки опустились снова. В них появился песок, небольшое воспаление, общая кислотность понижена, поэтому защитные возможности невелики, в правом легком серьезный воспалительный процесс.

— Скажите, Танечка, у Вас бывает пот?

— Постоянно потею!

— А под правой лопаткой иногда колет?

— Колет, и очень часто.

— И суставы, и позвоночник поражены, но это пройдет скоро. А характер у Вас замечательный, мы это дело победим!

...Неделя работы с ежедневными сеансами. На последней встрече решительно все моей палочке в Тане нравилось. А у нее — ничего не болело!

Прошел год, мы виделись часто. Вот что она рассказывала:

— Мне стало лучше при первой же встрече. К концу занятий я совсем выздоровела. За этот год ни один из старых симптомов не появился, чувствую себя здоровой. От операционного шва осталась незаметная полоска.

На месте старой травмы головы может возникнуть инсульт. Но если человек хочет жить, еще не все потеряно...

Привезли ко мне пожилую женщину, после инсульта. Идти сама не может, речь невнятная. Все плохо — голова, сердце, легкие, почки, печень, кишечник...

— Анна Ивановна, поражение очень сильное. Я берусь за дело только при одном условии: Вы будете выполнять все мои задания,— сказала я.

— Да! Да! Я буду! — ответила больная.

И дочка пообещала. Она уже прошла наш курс.

Минуло около месяца. Анна Ивановна изменилась. Каждый день приносил новые победы. Перед отъездом мы долго говорили. Вот что она рассказала:

— У меня зрение наладилось. Это я заметила сегодня: взяла детскую книжку — все хорошо вижу. А то даже на улице все было в дыму каком-то, с трудом различала только общую картину.

У меня еще в детстве было две травмы, и я свыклась с головной болью. Но вот 23 февраля 1990 года среди ночи началась страшная головная боль. Мне всю ночь снег на голову клали. А наутро — ни рукой правой, ни ногой пошевелить не могу. Врачи сказали: инсульт. Целый год лечили, трижды в больнице лежала — не помогло. Меня не покидало чувство подавленности, смотреть на пищу не могла. Ощущала сильную головную боль, сон пропал. Состояние мое катастрофически ухудшалось. Язык не ворочался, сушь во рту, как в пустыне — только пить, пить, пить... Передвигалась с трудом, руки, особенно правая, сильно дрожали, ноги и руки были холодными. Меня заливал пот, слабость ужасная. В ноябре 1990 года я прочла в «Омской правде» об экстрасенсе И. А. Васильевой, и с той поры мое желание попасть на Ваши сеансы стало постоянным. Через полгода близкие доставили меня в тяжелом состоянии к дочери в Омск (живу я в районе). Я попала на диагностику и начала лечение. В первый же день, возвращаясь с сеанса, я в машине почувствовала, что очень хочу есть. Сын купил серого хлеба, я стала по дороге отламывать и жевать, а дома пообедала и уснула крепко. С тех пор сон и аппетит в норме. Мы с дочкой выполняли буквально все «домашние задания». И с каждым днем мне становилось все лучше. Очистились почки и печень. Ощущения органов исчезли. Головные боли прошли на третий день и не вернулись больше, кишечник стал мягким, давление пришло в норму, сердце теперь спокойно. А как болело! Руки и ноги стали теплыми, сейчас — пишу,

рука не дрожит. Поднимаю чайник с водой — сила в руке появилась, а то ведь висела, как тряпка, и болела. Хожу теперь нормально, голова держится прямо, а не лежит на левом плече, как раньше. Не потею. У меня появился новый интерес к жизни. А ведь совсем недавно я стояла на краю могилы. И земля сыпалась из-под ног. С каждым днем я здоровею!

Трижды за минувший год она приезжала ко мне — ведет хозяйство, огород сама засадила, урожай сняла. Простудила ноги — сама вылечилась. Сейчас вполне жизнеспособна.

Восьмилетнюю Таню привела ко мне мама. У девочки уже полгода — запах ацетона от мочи (усиливающийся от малейшей простуды), моча липкая. Частые простуды.

Осмотр показал, что есть заметная травма на левом виске, возбуждены надпочечники. Мама признала, что ребенок нервный, плохо спит с рождения, быстро устает, очень много пьет — за ночь выпивает не менее поллитра воды. Сердце ослаблено, пролапс клапана аорты и митрального. Понижена кислотность желудка. Опущена левая почка. Не в порядке легкие, суставы и позвоночник.

Стерли следы травмы. Десять дней мама поила Таню закодированной на сеансах водой, делала массаж, гимнастику и компрессы.

...Моча девочки стала вначале мутной, темной, а потом — светлой. Во рту теперь не сохнет, ночью не пьет, стала гораздо спокойнее. В один из ветреных дней Таня простудилась. Поднялась до 39° температура. Но даже это не вызвало старых симптомов.

После компресса на спинку температура стала падать, состояние улучшилось. За один день восстановилось здоровье.

Прошел год, девочка здорова, нормально развивается.

А недавно, к сожалению, я встретила совсем другую картину: девушка лет 18 в течение 10 лет принимает инсулин. Доза около 50 единиц. Началось с того, что при простуде у восьмилетней девочки появился запах ацетона от мочи. И врачи пришли на помощь, как могли, как умели...

Рассказывает омичка Елена Л., 23 года:

— Ненавижу больницы. Десять лет я болела диабетом. И никто не мог мне помочь. Перед тем, как я пришла в группу к Ирине Александровне, у меня было 28 единиц инсулина. А сейчас я не колюсь совсем. На каждый поход

в больницу я тратила столько сил и нервов! Там пожилые люди с кучей болезней — и в этих очередях я себя чувствовала очень неудобно, не на месте.

Я приходила с болью, с болезнью своей, надеясь на помощь и понимание. А в ответ — ни одного доброго слова: скорей-скорей. Ты знаешь, что тебе отпущена какая-нибудь минута: поджимает очередь. И врач от тебя отгорожен стеной.

Сюда я пришла с последней надеждой, с верой в силу человека. После диагностики Ирина Александровна сказала, что я могу полностью выздороветь при условии, что мы вместе поработаем. И уже в лечебной группе я все делала — и шерсть прикладывала, и дыхание приводила в норму. И упражнения. Упражнения мне больше всего нравятся. Я каждое утро их выполняю. После этого бодра и спокойна весь день. А ведь почти всю жизнь я чувствовала себя неполноценной... Сегодня — почти год, как я живу без инсулина, все хорошо.

Галина Дмитриевна жила под Челябинском в 1956 году. Ее муж был военным строителем. После ядерного взрыва сильно облучилась вся семья. Ее сестра и двое детей вскоре умерли, у Галины Дмитриевны обнаружили злокачественную опухоль, потом еще одну — сделали 8 операций. В нашу группу она пришла около года назад с опухолью груди размером с яйцо, с астмой, с диабетом — еле шла. Но дух ее был жив!

Первая удача — рассосалась опухоль, вторая — исчезла одышка, третья — перестало сохнуть во рту... уезжала она со слезами. Прошло полгода, и она вновь пришла, но уже по другому поводу:

— Вы говорили, что ищете помощника? Я специально переехала в Омск, чтобы помогать Вам. Я здорова!

Сейчас мы работаем вместе...

Мои занятия посетили многие из чернобыльских «ликвидаторов», офицеров, жителей зоны. Результаты неплохие.

Александр Петрович как офицер связи был в Чернобыле около года, в самой опасной зоне, потом долго лежал в госпитале. Врачи дали относительную гарантию жизни на пять лет. Мы встретились летом 1991 года, когда этот срок истек, и организм стал, в полном смысле слова, рушиться.

У меня было немного таких старательных учеников...

Вернулось к норме буквально все. А делал он то же, что и все! Чистка почек, печени и кишечника, массаж и... очень верил.

В память о нашей работе у меня на столе — профессиональный дозиметр, благодаря этому приборчику я обнаружила, что вблизи моих рук излучение меньше, чем в окружающей среде: там — 16, здесь — 8 микрорентген в час. А стоит его поднести к груди — до четырех! Стоит немного поработать в комнате, где было около 30 микрорентген, уровень излучения падает до 10—12. Дело в том, что я занимаюсь не биоэнергетикой, а, скорее, биоинформатикой, и стараюсь, как определил великий поэт, «...привлечь к себе любовь пространства, услышать будущего зов».

А любовь творит чудеса!

СЕРДЕЧНИКИ

Человек после инфаркта становится инвалидом. А после двух, трех? Большая группа сердечников применяет рекомендации и находится под моим наблюдением около двух лет. Чувствуют они себя хорошо, нагружаются работой, как здоровые. При каких-нибудь признаках недомогания берут конспект, смотрят, что надо сделать, и старательно выполняют. Без лекарств!

...Галина Кузьминична Баранова, омичка, перенесла три инфаркта. В авиационном полку прошла всю войну. Однажды при перебазировании летной части машина перевернулась, и Галина очень сильно ушибла голову и позвоночник.

Галина Кузьминична пришла к нам на занятия в марте 1990 года. Вот ее рассказ.

— ...Я от остановки еле шла — два шага сделаю — остановлюсь. Мы с подругой к вам в первый раз почти час добирались, а сейчас я это расстояние за пять минут прошла. После первого сеанса я не остановилась ни разу. Подруга мне говорит: «Что же ты не отдыхаешь?!» А я и забыла... В 1985 году у меня случился инфаркт. Через четыре года — второй и сразу третий. Боли в сердце были ужасные, я не думала никогда выжить. И врачи не думали. Тогда я могла дойти от кухни до дивана и в туалет, другого ничего у меня не было. Так прожила четыре года.

Очень болело сердце, я даже кашлянуть не могла. Бо-

лели суставы, позвоночник. Были сильные головные боли. По горсти в день пила всяких таблеток. А теперь второй год в рот не беру ни-ка-ких!

Теперь я живу. И чувствую себя совершенно здоровым человеком. После первого сеанса вернулась, чаю выпила и мужу говорю: «Пойдем в сад». А он мне: «Да ты что, ложись и лежи». Я отвечаю: «Не-ет! Давай тогда убирать». Начали уборку в квартире делать — и пошло у меня на лад.

Все, чему меня научила Ирина Александровна, я выполняла, и по сию пору все делаю. А сердце мое... мне кажется, я не знаю, где оно. Забыла! Ни-че-го у меня не болит! Вот послушайте, какой у меня день. Встаю в шесть утра. Муж уходит на работу в полседьмого, я завтрак ему готовлю. Обед с собой даю, потом квартиру убираю, уберу — пойду по магазинам. Весной занимаюсь с помидорной рассадой, пикирую, езжу в сад, везу опилки, землю с собой в сумках — ведро земли. А в саду ведь поработать надо: зимой снег кидаю, утаптываю деревья снегом, опилки деревьям подсыпаю. Я теперь человек здоровый. Все делаю — все домашние задания. И на занятия я хожу легко, прямо лечу. Будто мне тридцать лет.

Георгий Никандрович Шаханин живет в Омской области. Перенес три инфаркта, лекарств пил — без счета. Постоянно болели сердце, суставы и голова. Ходить совсем не мог. Пришел к нам, поверил, начал сразу действовать. И вот что он говорит:

— Раньше, если я пять полешков дров возьму, в избу занесу — без сил падал. Теперь голова не болит, ноги ходят. После пяти занятий — поставил четыре фляги, поехал за водой. Воды привез, каждую флягу сам вылил, а в ней — 40 килограммов! И — ничего, сердце не болело, спал хорошо.

С первого дня все задания выполнял. Ни одной таблетки не выпил...

Анна Ивановна, перенесла инфаркт. Беспокоило сердце, позвоночник, печень. Мучила одышка, постоянно сохло во рту. Вес был 137 кг. Дневная доза нитроглицерина — до шести таблеток. Семья дала ей «отпуск на лечение» на десять дней. Через две недели она весила уже 108 кг.

— ...За это время я ни разу не брала в рот нитроглицерина. С первого дня занятий. А раньше без него никуда не ходила.

Решительно все процедуры я выполняла. Уже две недели есть не хочу, почти не ем. И мне лучше: легче ходить. Раньше сделаю пять шагов — надо передохнуть: одышка. А сейчас — хоть сколько пройду, не останавливаюсь, мне легко. Вывела камни из почек и желчного пузыря. Теперь чисто.

Но вот что интересно: я за это время сильно изменилась. Веры у меня стало больше — в Бога, в Добро. Добро нужно делать, и самим себе, и людям. Я стала намного добрее. Даже дома неохота ругаться, если и разозлишься иногда.

Может быть, я буду заниматься целительством: от бабушки я умею заговаривать грыжу — паховую, белой линии и пупочную, травы знаю. Только я себя лечить не умела... Делаю все упражнения и теперь уже не остановлюсь.

В Большеречье привели ко мне мальчика Андрюшу, 7 лет. Он перенес операцию на сердце, из-за повышенного легочного давления зашивали (суживали) легочную артерию — мол, в легкое поступает слишком много крови. Мальчик нервный, плохо спит, на груди — сердечный горбик.

Я продиагностировала: поражение левого виска, мышцы слабенькие, в крови — сахар, органы опущены, в моче — белок. Клапаны сердца слева приоткрыты, сердечко слабое. Ребенок весь синий. Подняла почки. Сняла травму с виска. Усилила поджелудочную железу. Закрыла клапаны левого сердца. Моя рука успокоилась: порядок.

Дома Андрей уснул и проспал до следующего утра — еле добудились. Но главное, что всех поразило: горб стал таять! Через неделю края горбика разошлись на ширину Андрюшиной ладони. Мальчик стал спокойней, окреп. Вот что говорит Нина Никаноровна, бабушка Андрея — она тоже посещала наши занятия:

— Я страдала бессонницей. Часто не могла уснуть до четырех утра. В глазах — постоянно песок. А сейчас сплю с самого вечера, а иногда и днем. И внук мой, Андрюша, отсыпается вместе со мной за многие годы — он тоже спал очень плохо с самого рождения.

Повязку из шерсти ношу постоянно — мне даже хочется с этой повязкой ходить. И я знаю, как себе помочь. Вчера в сердце появилась боль, я сразу стала поглаживать от локтя к мизинчику в области меридиана сердца — и прошло. Мне эти занятия очень помогли в жизни. Андрюша у нас был очень нервным и раздражительным. У него

сердечный горбик. Обследовали его в Москве, в Киеве. Даже американский профессор его смотрел. Одну операцию ему сделали в Омске, а другую готовятся сделать в Америке. Он постоянно был синий, простуживался, кашлял, всего боялся. А сейчас стал розовым, ест хорошо, с удовольствием на турнике подтягивается. Легкие очистились, кашля нет, потеть ребенок перестал. А горбик разошелся — это все признали, даже папа, который никогда в успех лечения не верил. И вообще в семье стало радостнее — и это хорошо влияет на Андрюшу.

Нина Николаевна из Большеречья перенесла инфаркт. Вот ее история:

— Болело сердце, беспокоили высокое давление и сухость во рту (сейчас во рту не сохнет). Когда лежала в больнице, мне было так плохо, что я ходить не могла. После первого же сеанса исчезли боли, но не решалась об этом говорить до вчерашнего дня. А сейчас могу сказать: проверила на практике! Вчера мы сажали картошку: так я одна на трактор ее грузила в сетках, а потом огород лопатой копала. Я засадила пол-огорода. Потом устала и прилегла, но сердце не болело, не было одышки, во рту не сохло, усталость быстро прошла. Аппетит снизился, есть совсем не хочу.

Марья Михайловна из Большеречья перенесла инфаркт. Постоянно болели сердце и позвоночник, были холодные руки и ноги. Узнала о наших занятиях, пришла. И она замечает серьезные улучшения самочувствия:

— ...Перестало болеть сердце, легко достаю ладонями до пола, руки и ноги не болят — и теплые, во рту не сохнет, и совсем не хочется есть. Уже три дня только чай пью, и чищу, полощу себя — сколько из меня всякой гадости вышло — сказать невозможно.

Проректора одного из медицинских вузов страны привела ко мне на прием жена. Его беспокоили боли в правом подреберье. Высокое артериальное давление — до 240 мм рт. ст.

На диагностике я сказала ему, что у него желчный пузырь забит камнями — нужно вывести, но у проректора на руках было заключение УЗИ о том, что желчных камней нет. Он сомневался, но жена, у которой был опыт выведения камней по нашей методике, настояла. Через неделю он пришел в зал, где я вела занятия, и похвалился,

что снизил верхнюю границу артериального давления с 230 до 130 мм рт. ст. А камней вышло видимо-невидимо... боли прекратились.

...Семья Подольских — фронтовики. На первое занятие добрались с огромным трудом. У Марии Ивановны трижды была клиническая смерть, три месяца после этого она лежала дома и криком кричала. Болело все, но особенно голова и сердце. Давление зашкаливало за 260, пачки пенталгина не хватало на день. Врачи не отходили и делали все, что могли. Такой ее привезли на первый сеанс. На второй — потихоньку, цепляясь за мужа, со слезами доехала в Дом офицеров на автобусе. На третий — шла смело, а после четвертого зашла даже в магазин. Давление после пятого — 160 на 100, голова и сердце не болят. При очистке вышла масса камней из кишечника и желчного пузыря без боли. Федор Васильевич страдал долгие годы от болей в суставах, руки поднять не мог, страшно потел. Сейчас все это позади.

...Анастасия Николаевна Коновалова в войну была начмедом санитарного поезда. Пришла на сеансы И. А. Васильевой в марте 1990 года. Мучили сердце, головные боли, слабость, постоянно пила аллахол — беспокоила увеличенная печень. Обследовали печень — зондирование, УЗИ,— ничего не находили и удивлялись — почему болит, почему увеличена?

Еще в 1990 году после сеансов почувствовала бодрость, научилась снимать головные боли и сердечные приступы, стала больше двигаться, окрепла. Но боялась тогда чистить печень и кишечник.

А сейчас — решилась! И удивлению ее не было границ: вышли огромные зеленые сгустки, похожие на медуз, черно-зеленая масса и, наконец, маленькие зеленые мягкие камешки. Почувствовала, что печень «опала», пришла в норму, сердце перестало покалывать.

...Константин Павлович Прошкин сейчас работает маляром, ходит по крыше, считает себя совершенно здоровым человеком, хотя ему далеко за 60. Пришел сюда два года назад с общей подавленностью и жесточайшей язвой желудка. Через некоторое время язва зарубцевалась. Увлекся травами, вылечил почки. В эту неделю начал чистить свой кишечник, научился поднимать опущенные органы и — как будто на свет народился. Исчезла боль в руке.

— Скажите, Константин Павлович, что Вы думаете по поводу распространенного мнения о том, что экстрасенсор-

ное воздействие открывает человека всем ветрам, его собственные защитные силы ослабевают?

— Я считаю, что это — глупость, ничего подобного. До 1990 года я постоянно болел пневмонией, а с той поры не заболел ни разу. Стал обливаться холодной водой, а раньше и помыслить о таком не мог, спокоен и уверен в себе, хоть жизнь нашу спокойной никак нельзя назвать. Я верю Ирине Александровне потому, что ее рекомендации основаны на народной медицине и науке, несет она людям Добро.

Нужны ли были эти занятия, сочетавшие обучение искусству борьбы с недугами и лечебный бесконтактный массаж? Реакция зала была единодушна: очень нужны! Пусть не все успели выполнить все знахарские «домашние задания»— они знают, что и как надо делать. И хотят жить. Всем стало лучше. И в том, что это — не временное улучшение, а надежный выход к норме, убеждает опыт тех, кто использует эти средства годами.

ЗАЩИТА ОТ ПОРЧИ И СГЛАЗА

Мир зависит от наших представлений. Главное — признание или непризнание возможности порчи для Вас лично. Помните: на Вас можно повлиять, если Вы создадите в своей душе возможность негативного влияния, если в душе будет страх. Напротив, Вам не смогут навредить, если Вы скажете себе примерно так: «Я постоянно очищаюсь, дружественные мне стихии помогут мне избавить от мусора мои тело и душу. Мои мускулы и чакры укреплены ежедневными упражнениями, удар не пройдет. Я отношусь с доброжелательностью к моим врагам, прощаю им их шалости. К тому же, я служу Богу, и Бог меня не оставит. Меня защищают Слово, икона и крест — они всегда со мной. Я не завершил еще свое дело, оно меня поддержит и спасет».

Допустим, злой «индуктор» хочет нанести ущерб бедному «реципиенту», вживляя в одну из оболочек его ауры — энергетическую, эмоциональную или интеллектуальную — программу-вирус. Цель этой программы, конечно же, порча жизни жертвы.

Как правило, индуктор находит способ уведомить жертву об ущербе, а также о своем могуществе — только при этом условии вирус внедрится и начнет перестраивать структуры организма.

На этот случай приведу несколько способов защиты, каждый — результативен:

1. Простейший способ — насмешка. Понизьте авторитет обидчика. Скажите охранный заговор:

СВОЕ ДЕЛО ВОЗЬМИ В СВОЕ ТЕЛО, МОЕЙ ДОЛИ В СТО РАЗ БОЛЕ. АМИНЬ!

Плюньте через плечо и сложите фигу.

2. Создайте непробиваемую оболочку для своих чакр и антенн — скафандр. Представьте себе, что Вы — на Солнце. Чтобы не сгореть, Вы надели тонкий и легкий, но абсолютно отражающий скафандр. Он не давит на Вас, не стесняет движений, не мешает Вам нормально существовать и, вместе с тем, отражает любые вредные воздействия к их источнику. Это можно делать, когда Вы находитесь в неблагоприятной среде в течение небольшого промежутка времени.

Охранный заговор:

МАТУШКА ПРЕСВЯТАЯ БОГОРОДИЦА, ПРИКРОЙ МЕНЯ, Р. Б. (ИМЯ), СВОЕЙ РИЗОЙ НАТЕЛЬНОЮ, ИЗБАВИ МЕНЯ ОТ СКОРБЕЙ, УРОКОВ И НАГОВОРОВ, ЗАЩИТИ МЕНЯ ОТ ВРАГОВ. СЛАВА ТЕБЕ! АМИНЬ!

3. Ежедневно очищайтесь, делайте упражнения — для укрепления мышечного корсета — и массаж — для улучшения состояния всех органов. Хорошо бывать в церкви. Чаще общайтесь с природой — в лесу, у воды.

4. Носите зеркало, включая его при нападении. Встречая хамство, отбивайте удар, как в теннисе, только мысленно — зеркалом.

Охранный заговор:

ГОСПОДИ, ОТВЕРНИ ВСЯКОГО СУПОСТАТА — ДНЕВНОГО, ВЕЧЕРНЕГО, НОЧНОГО, ПОЛУНОЧНОГО, УТРЕННЕГО, КЛЕВЕТНИКА, ЯБЕДНИКА, ВОРА, РАЗБОЙНИКА ОТ Р. Б. (ИМЯ) И ЕЕ БЛИЗКИХ! АМИНЬ!

5. Носите амулеты с заговором и образом Вашего защитника. Это может быть Богородица или кто-то другой.

Охранный заговор от сплетен:

ХРИСТОС ШЕЛ В СЕРЕДУ, БОЖЬЯ МАТЕРЬ СПЕРЕДУ. НЕСЛА КЛЮЧИ, ЧТОБЫ ЗАТВОРИТЬ СПЛЕТНИКАМ УСТА! АМИНЬ!

6. Включитесь в некий эгрегор, духовное сообщество, служите ему верно и, по мере надобности, используйте его возможности.

Охранный заговор для дома:

СВЯТАЯ ХИЖИНА, СТОИШЬ НА СВЯТОМ МЕСТЕ,

УКРОЙ ОКНА, ДВЕРИ И ЩЕЛИ ТВОИ ЧИСТЫМ ЖИВОТВОРЯЩИМ КРЕСТОМ! АМИНЬ! АМИНЬ! АМИНЬ!

7. Много и результативно работайте.

8. Ограничивайте себя в еде, дыхании, комфорте и праздности.

9. Прощайте своих обидчиков — пусть их судит Бог.

О МОЕЙ РАБОТЕ

Я работаю с вектором, с магической палочкой. О ней упоминает Николай Рерих в книге о Шамбале. Палочкой пользовались в глубокой древности, в Египте и на Востоке, с ее помощью искали богатства недр и воду. Моя работа содержит два этапа: в тишайшем состоянии души — запрашиваю и принимаю информацию, затем — вношу потребные изменения в систему с некоторым волевым импульсом.

Подумаешь, тоже работа, —
Беспечное это житье:
Подслушать у музыки что-то
И выдать, шутя, за свое...

Налево беру и направо
И даже, без чувства вины,
Немного — у жизни лукавой
И все — у ночной тишины.

(А. Ахматова)

Мне самой удивительно, как удается быстро переходить из одного режима в другой — от тишайшего слушания к волевому напряжению.

Переключение происходит автоматически, как только я начинаю реализовывать программу коррекции биосистемы по плану. Так диктует программа, именно она осуществляет управление мной, а я уже делаю все, что нужно. Пока не будет нормы. Палочка связывает меня со мною же созданным планом и со всем миром. Начинается эта работа по внешнему запросу — чьей-то потребности, по страданию, по надобе во мне. А затем — идет по своим законам.

Моя палочка любит давать прогнозы, но — только положительные. Если ее послушать, не будет ни войн, ни голода, ни потопа. Сама она работает без устали, и мне как-то совестно бездействовать.

Она отказывается искать воров и снимать черную-пречерную порчу (проклятие) — это умеют делать другие лю-

ди. У меня своя дорога. По этой дороге со мною вместе идут десятки тысяч людей. Каждый находит радость и здоровье.

РАБОТА ПРОДОЛЖАЕТСЯ

У меня на столе толстые пачки анкет и писем... Вот из моей любимой Харламовки, где мы придумали класть на легкие влажную подсоленную шерсть, вот — с любимого Сахалина, вот — из любимого Большеречья... Мои корреспонденты рассказывают, как у них дела, присылают стихи, заговоры, рецепты — знают, что я их собираю, спрашивают совета. И сама удивляюсь: где же все они в моей душе помещаются? А вот помещаются и живут дружно, и с каждым душа моя чувствует связь.

У Михаила Пришвина в записных книжках есть такая запись: «Нужно любить всех одинаково, а каждого — больше...»

Таких писем у меня много, но еще больше других (особенно после телесеансов на Сахалине), где люди рассказывают о своей беде, спрашивают совета и помощи.

Всем я ответить не могу. Может, сумею им помочь этой книжкой... Освоив наши рекомендации, Вы будете вооружены защитными методиками, будете знать, что делать, когда появится один из старых симптомов или новый... Захотите ли применять? Вот вопрос...

В нашей стране никак не поощряется работа по укреплению здоровья — человек ничего пока не стоит. Но так будет не всегда. России уготована великая судьба. Неужели Вы войдете в лучшую жизнь немощными развалинами? Попробуйте сделать то, что мы рекомендуем. Это проверено. Это безопасно. Это действенно. Помните, что только здоровый человек выстоит в трудные времена!

Но... здоровье — это еще не все. Для того, чтобы быть счастливым, нужно плодотворно жить, уметь защищаться от ударов судьбы, быстро восстанавливаться, быстро обучаться и достигать задуманного. Тут, без сомнения, не обойтись без саморегуляции. Мне бы хотелось обучить Вас еще и некоторым приемам бесконтактного массажа, способам убирать рубцы от старых ран и операций, дать интересные заговоры, рецепты лечения травами.

И об этом мы поговорим в следующей книге, которая готовится к печати.

До встречи.

Ваши отзывы и заявки на книгу посылайте по адресу: 644092, г. Омск-92, а/я 3970.

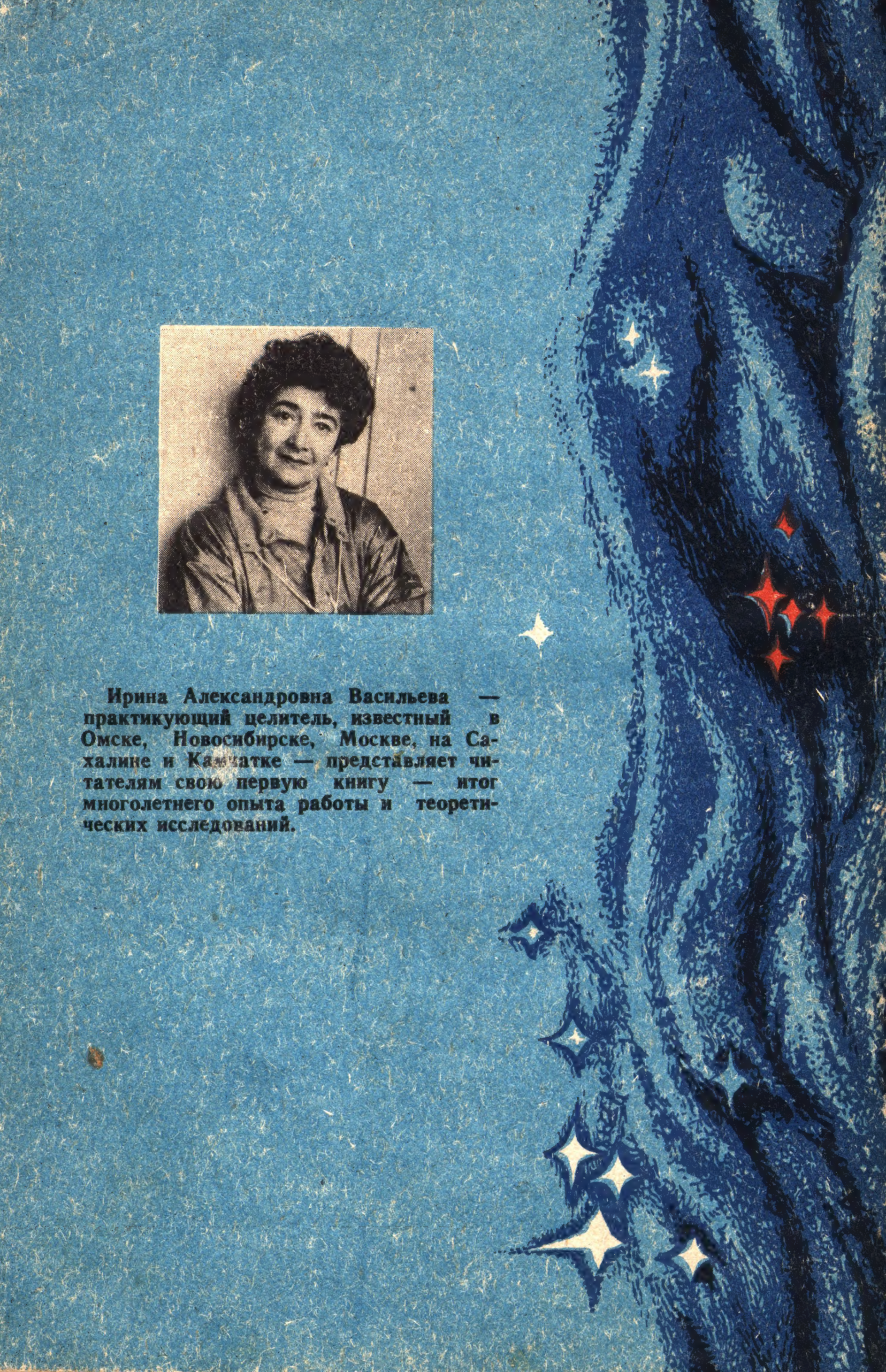
Васильева Ирина Александровна

САМ СЕБЕ ЦЕЛИТЕЛЬ

Редактор *Н. Э. Воробьева*
Технический редактор *Л. А. Польщикова*
Корректор *М. Е. Фрицлер*

Сдано в набор 06.04.92. Подписано в печать 05.05.92. Формат 84×108 1/32. Бумага типографская. Гарнитура литературная. Печать высокая. Усл. печ. л. 3,36. Уч.-изд. л. 3,43. Тираж 200 000 экз. Заказ 2031.

АОЗТ «Трина» (частное издательство), г. Новосибирск.
Издательско-полиграфический комплекс «Омич», 644056, г. Омск, пр. Маркса, 39.



Ирина Александровна Васильева — практикующий целитель, известный в Омске, Новосибирске, Москве, на Сахалине и Камчатке — представляет читателям свою первую книгу — итог многолетнего опыта работы и теоретических исследований.